ส.ค.ส. ๒๕๖๓

๙๐ วลีชี้ธรรม

พระเทพปฏิภาณกวี
(เจ้าคุณบุญมา)
วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

๙๐ วลีชี้ธรรม พระเทพปฏิภาณกวี (เจ้าคุณบุญมา)

พุทธเทศนา

"เทศนาลีลาไม่น่าเบื่อ
สาลิกาป้อนเหยื่อทำ ๕ อย่าง
๑. ผู้ฟังคือจุดเด่นเป็นศูนย์กลาง
๒. ยึดแนวทางพุทธเทศนา
๓. แทรกนิทานสาธกยกภาษิต
๔. แถมวิจิตรอลังการด้านภาษา
๕. อ้างคำคมปวงปราชญ์ศาสดา
สาลิกาป้อนเหยื่อเพื่อปวงชน"

(พระพรหมบัณฑิต)

กรรมการมหาเถรสมาคม
ผู้รักษาการแทนเจ้าคณะใหญ่หนกลาง
ประธานกรรมการการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ
เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

โอภาปราศรัย

สวัสดีปีใหม่ ๒๕๖๓ แด่ทุกท่าน

๑ มกราคม โลกเขานิยมสมมุติกันว่าเป็นวันขึ้นปีใหม่ จึงอวยชัยให้พรแก่กันว่า “สวัสดีปีใหม่” อธิษฐานใจให้ทุกคนไม่จนความดี ขอให้มีความสุข มีอะไรดี ๆ ในปีใหม่กัน

ดูจะเป็นการบังเอิญเอามาก ๆ ที่อาตมาได้ถือกำเนิดเกิดกายในวันขึ้นปีใหม่ ซึ่งเป็นอภิลักขิตสมัย จึงได้ทำบุญให้อุ่นใจให้เป็นมงคล ในวันคล้ายวันเกิดของตนไปด้วยทุกปี เป็นการเตือนใจให้รักดีให้ใฝ่ดี หมั่นสร้างบุญบารมีกันต่อไป เพราะการทำบุญนั้น เกิดจากใจใฝ่ดี ความใฝ่ดีจะช่วยให้ได้ดี อย่างที่พูดกันว่า

“เกิดในที่ที่ดีนั้นดีแน่
เกิดในที่ที่แย่ก็ดีได้
เกิดที่ดีแล้วไม่ดีมีถมไป
เกิดที่ไหนก็ดีได้ถ้าใฝ่ดี”

ฉะนั้น จึงรักษาบุญเดิม จึงเติมบุญใหม่ไว้เสมอ

การทำบุญนั้น จะมีคณะศิษย์ผู้มีจิตศรัทธา มาร่วมกันให้ความอุปถัมภ์บำรุงทุกปี เป็นภาพความดี ที่ต้องจดจำ และบุญที่ทำ นำความปลื้มใจมาให้ทุกปี

ปีนี้ ได้เก็บวลีธรรมคำคม ๆ ไว้ ๙๐ ประเด็น เป็นวลีที่ครูบาอาจารย์ สอนให้คิด สะกิดให้จำ แต่ละคำง่าย ๆ เพื่อมอบให้ แด่คณะศิษย์และมิตรสหายทั้งหลาย

ขอบุญบารมีที่ได้ร่วมกันบำเพ็ญ จงเป็นพลวปัจจัยคุ้มครองรักษาให้ท่านทั้งหลาย ผ่านพ้นอันตรายภัยพิบัติไปได้ด้วยดี ได้มีแต่ความร่มเย็นเป็นสุข ในที่ทุกสถาน ในกาลทุกเมื่อเทอญ

(พระเทพปฏิภาณกวี)
(เจ้าคุณบุญมา)
วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร
๑ มกราคม ๒๕๖๓

อาจริยบูชาสักการะ

ในวันที่ ๑ มกราคม ทุกปี เป็นวาระดิถีขึ้นปีใหม่ และเป็นมงคลสมัยคล้ายวันเกิดของหลวงพ่อท่านอาจารย์เจ้าคุณพระเทพปฏิภาณกวี หรือที่ลูกศิษย์เรียกติดปากว่าท่านเจ้าคุณบุญมา

คณะศิษย์ขอตั้งจิตร่วมกันทำกุศล เริ่มด้วยการสวดมนต์แผ่เมตตา ฝึกสมาธิ และตักบาตรถวายแด่พระเณร ๙๐ รูปในช่วงเช้า และถวายสังฆทานในช่วงสาย ถวายเป็นอาจริยบูชาสักการะ

เป็นการแสดงความกตัญญูบูชาหลวงพ่อผู้มีพระคุณที่ได้ชี้ทางบุญให้เข้าใจมาตลอด ทำให้ระลึกถึงพระคุณเสมอ ไม่อาจลืมได้ เป็นเช่นคำที่ว่า

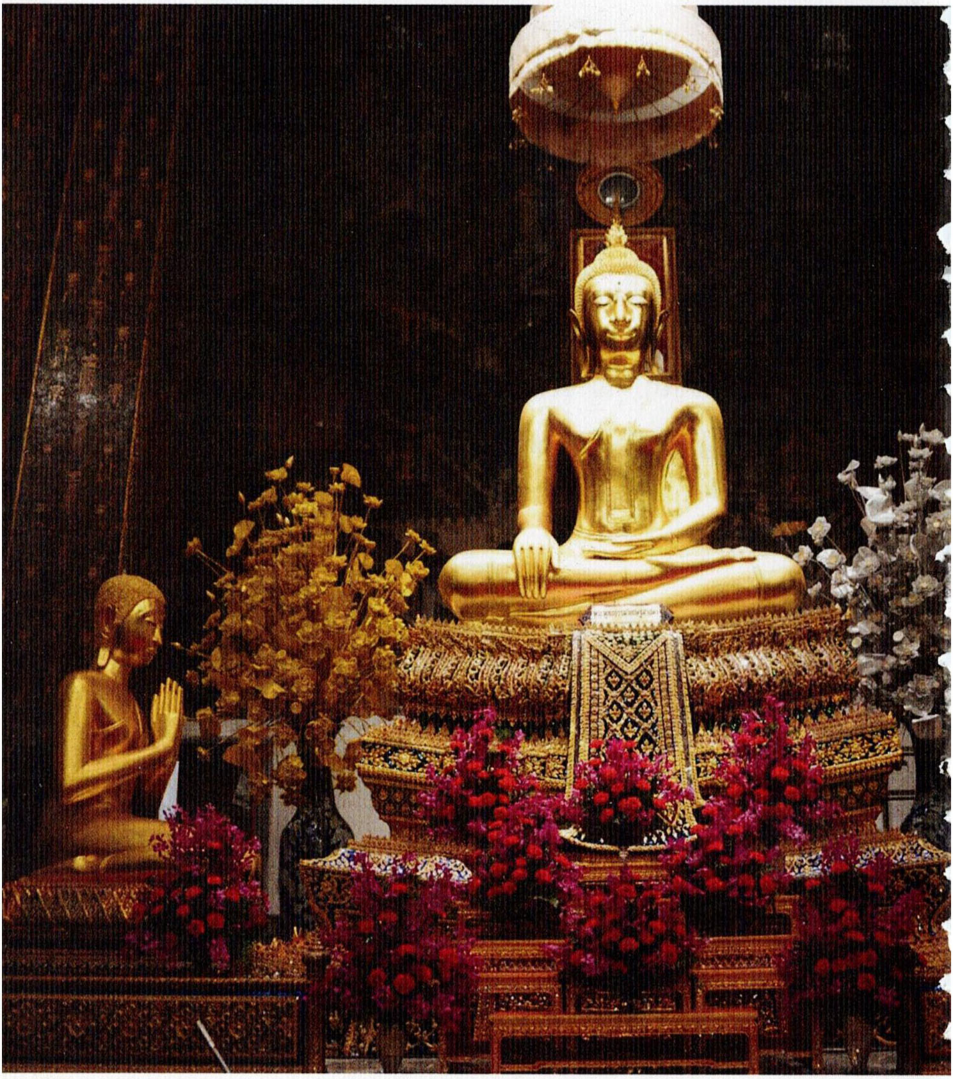
"ถึงสูงเด่นเช่นฟ้านภากาศ
อย่าบังอาจลืมครูผู้สั่งสอน
ศิษย์ลืมครูอยู่ได้ไม่ถาวร
จะหลับนอนสอนใจกราบไหว้ครู"

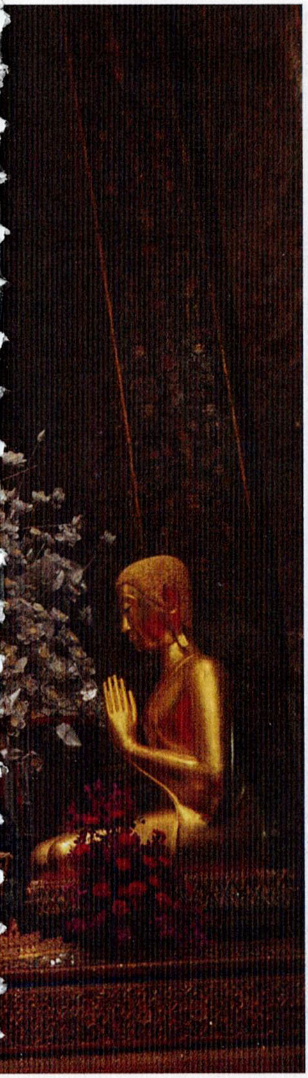
ดังนั้น พวกเรา คณะศิษยานุศิษย์ จึงได้พร้อมใจกันเป็นเจ้าภาพในกิจกรรมการบุญทุกอย่าง โดยเฉพาะร่วมกันเป็นเจ้าภาพพิมพ์หนังสือ "๙๐ วลีชี้ธรรม" เพื่อมอบเป็นของขวัญปีใหม่ให้ผู้มาร่วมงาน

ขอขอบคุณ ขอบใจในกุศลจิต ที่คณะศิษย์ตั้งไว้ดีแล้วมา ณ โอกาสอันเป็นมงคลนี้

ด้วยจิตคารวะ

คณะศิษย์หลวงพ่ออาจารย์ท่านเจ้าคุณบุญมา





วักกลิ

ผู้ใดเห็นธรรม

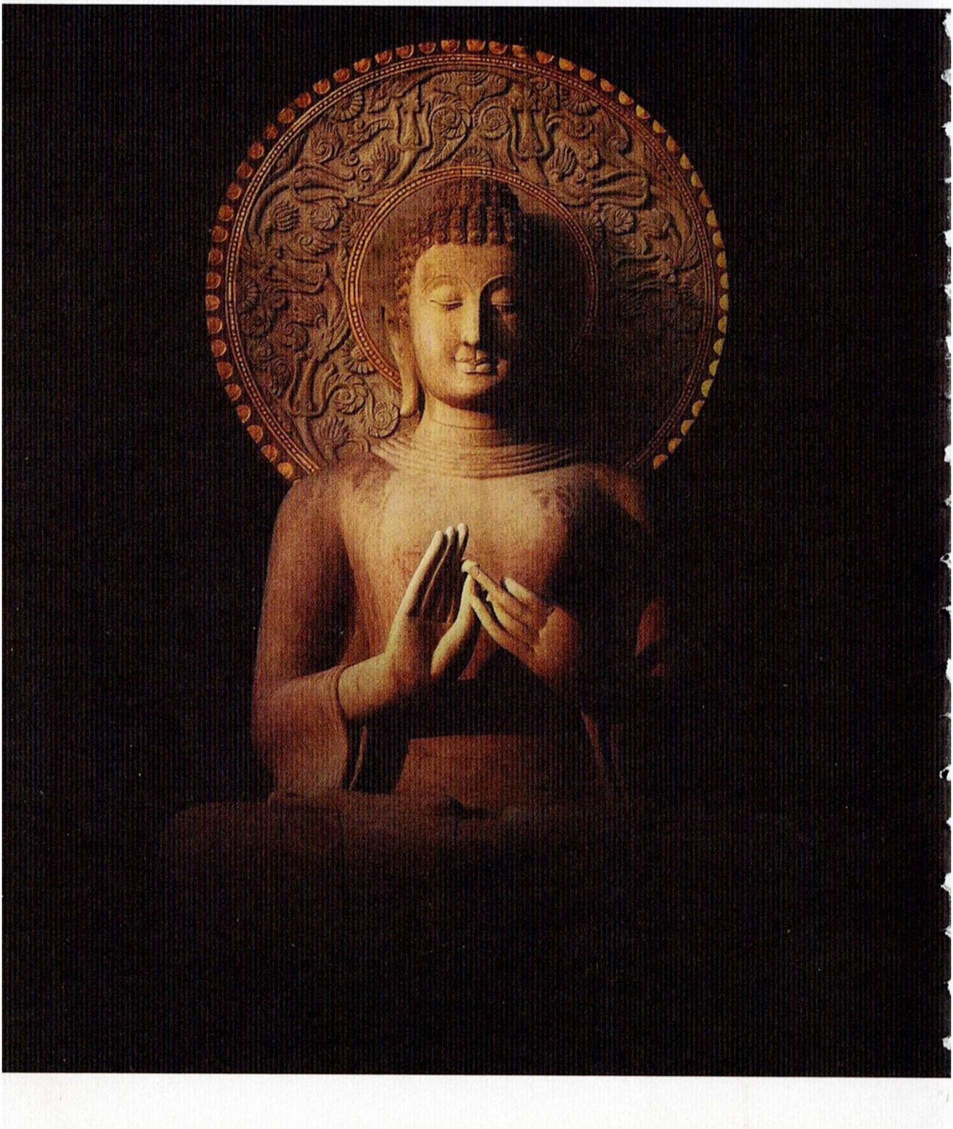
ผู้นั้นชื่อว่าเห็นเรา

(พระตถาคต)

ผู้ใดเห็นเรา

ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม

(ขันธ. สัง. เล่ม ๑๗, หน้า ๑๔๖, ข้อที่ ๒๑๖)



ภิกษุทั้งหลาย
อุปาทานขันธ์ทั้งห้านั้นแล
เรากล่าวว่าเป็นของหนัก

(ขันธ. สัง. เล่ม ๑๗, หน้า ๓๒, ข้อที่ ๔๙)

ความดับสนิท

คือความจางคลาย

ได้แก่ดับไปโดยไม่เหลือ

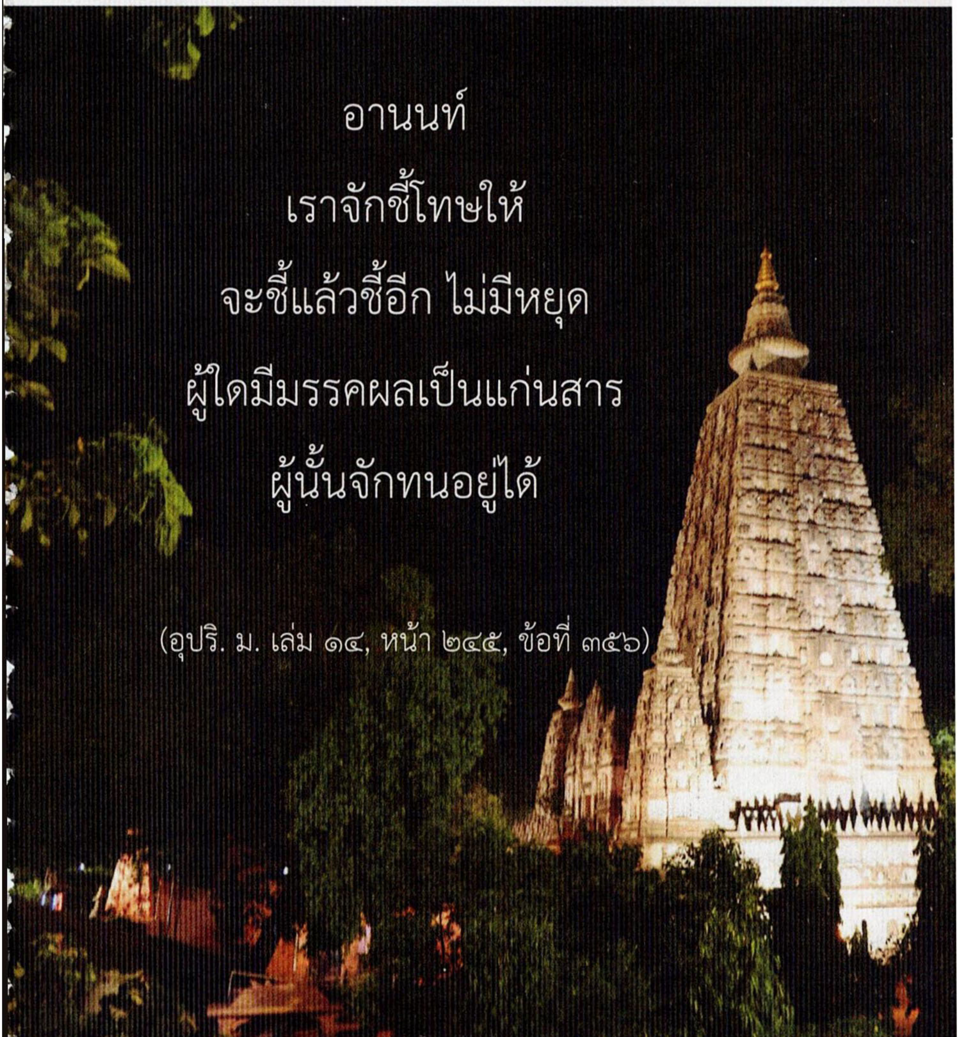
ของตัณหานั้น...

ภิกษุทั้งหลาย

ข้อนี้ เราเรียกว่า

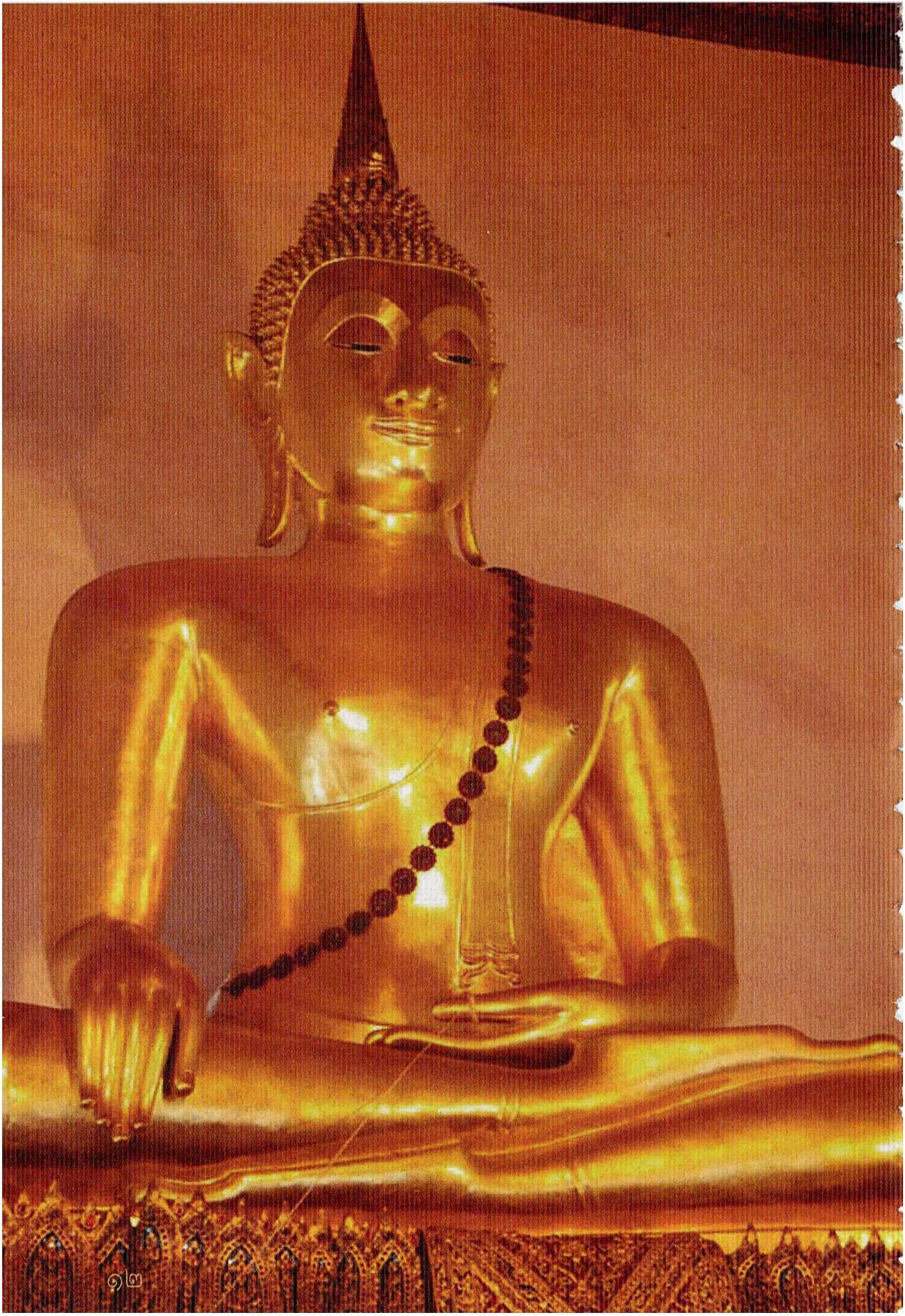
การวางของหนักลงเสียได้

(ขันธ. สัง. เล่ม ๑๗, หน้า ๓๒, ข้อที่ ๔๙)



อานนท์
เราจักชี้โทษให้
จะชี้แล้วชี้อีก ไม่มีหยุด
ผู้ใดมีมรรคผลเป็นแก่นสาร
ผู้นั้นจักทนอยู่ได้

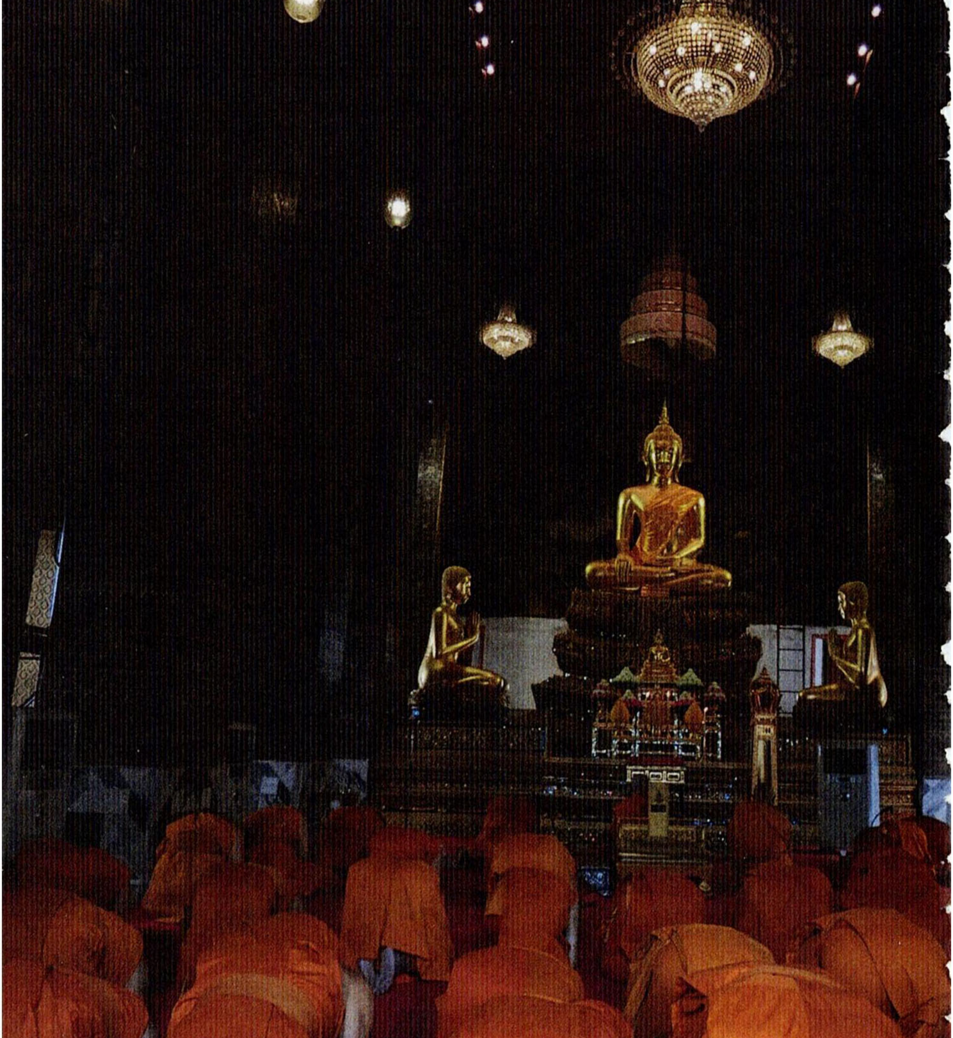
(อุปริ. ม. เล่ม ๑๔, หน้า ๒๔๕, ข้อที่ ๓๕๖)

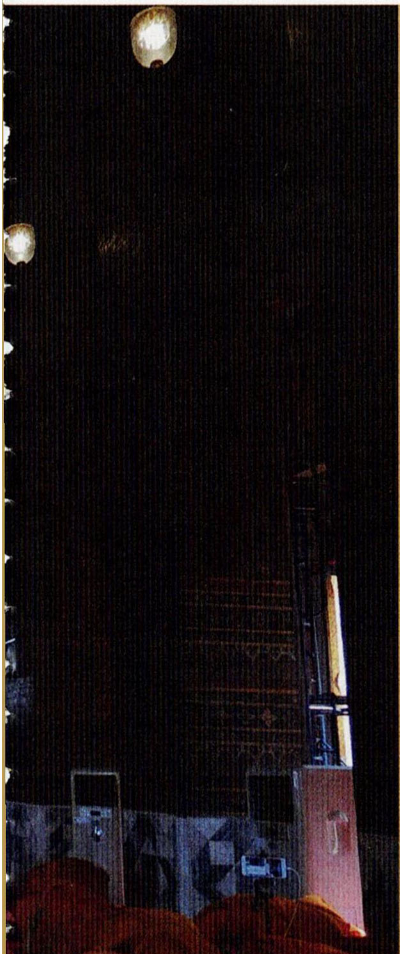


“อกฺโกเธน ชิเน โกธํ
อสาธุํ สาธุนา ชิเน
ชิเน กทริยํ ทาเนน
สจฺเจนาลิกวาทินํ”

พึงชนะคนขี้โกรธ ด้วยความไม่โกรธ
พึงชนะคนชั่วโฉด ด้วยความดี
พึงชนะคนตระหนี่ ด้วยการให้ทาน
พึงชนะคนพูดไร้แก่นสาร
ด้วยการพูดความจริง

(ธ. ขุ. เล่ม ๒๕, หน้า ๔๕, ข้อที่ ๒๗)





"ไม่เชื่อคำที่สั่งสอน
อย่ามาอ้อนว่า
เป็นศิษย์อาจารย์"



"มีสติทุกนาที
ธรรมะดีดีก็มีมาเอง"



โบราณท่านสอนว่า

“อยู่ให้มีศักดิ์ศรี

ดีให้มีคุณค่า

บ้าให้มีเหตุผล

ทนให้มีเป้าหมาย

ตายให้มีคนจำ”





“ธาตุขันธ์ของคน
เป็นธรรมชาติ
ที่เหมาะแก่การแต่ง
เพราะแต่งแล้ว
ทำให้เก่งกล้าสามารถ
ยิ่งกว่าสัตว์ทุกประเภท”

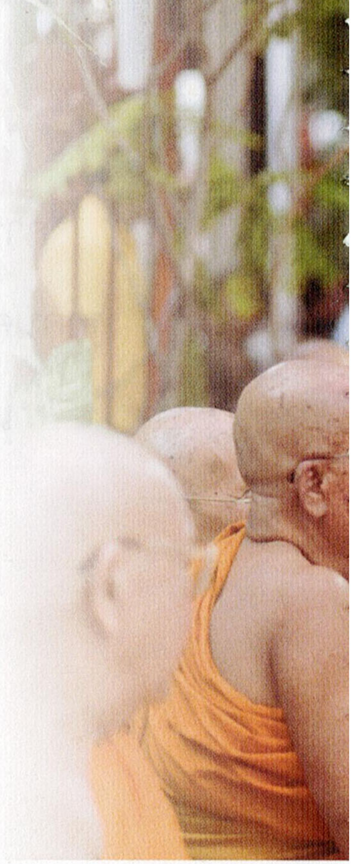




"การศึกษาอบรมจิตของตน

ทุกคนควรถือเป็นหน้าที่อันสำคัญ

และจำเป็นอย่างยิ่ง"



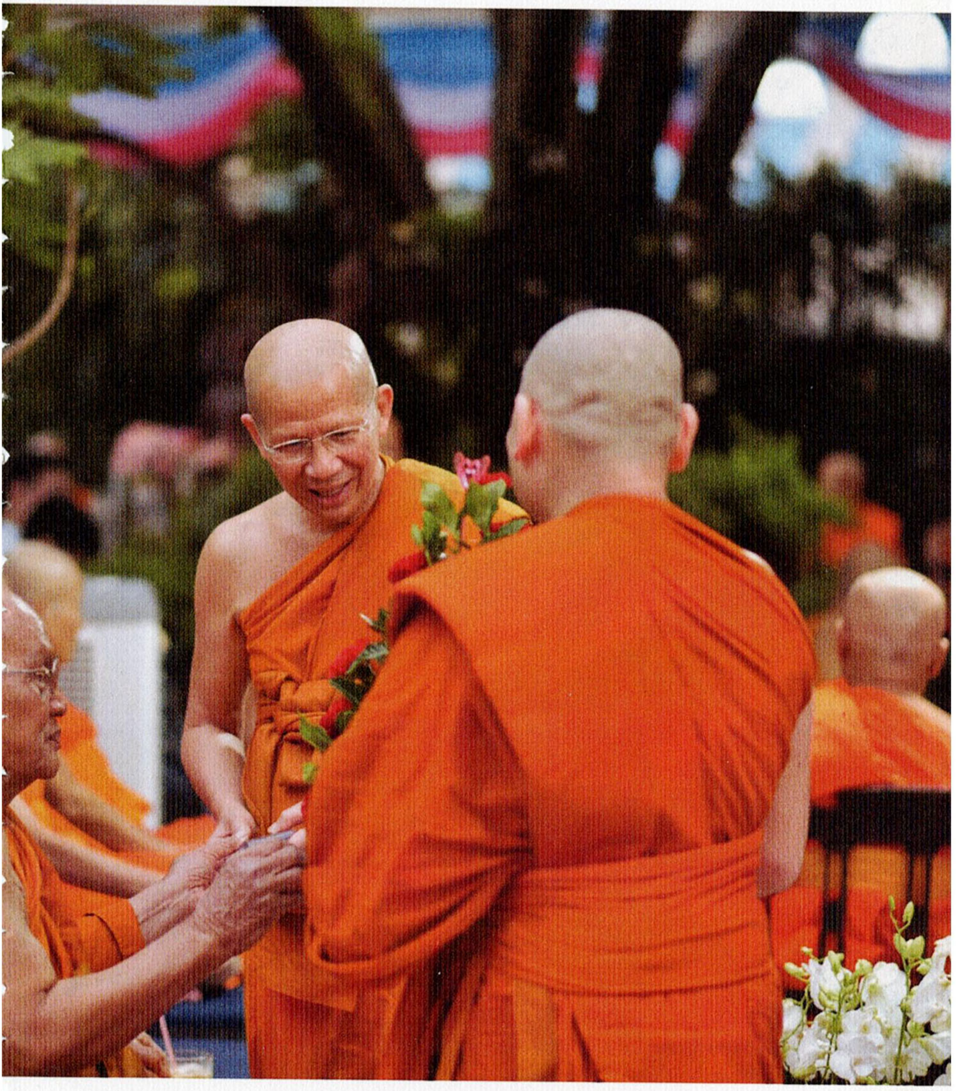
หัวใจบัณฑิต

สุ. ฟังให้เป็น

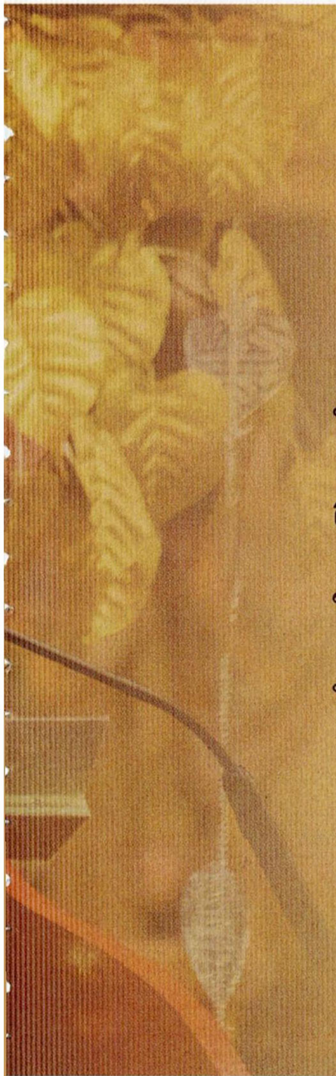
จิ. คิดเห็นให้ชัด

ปุ. ติดขัดให้ถาม

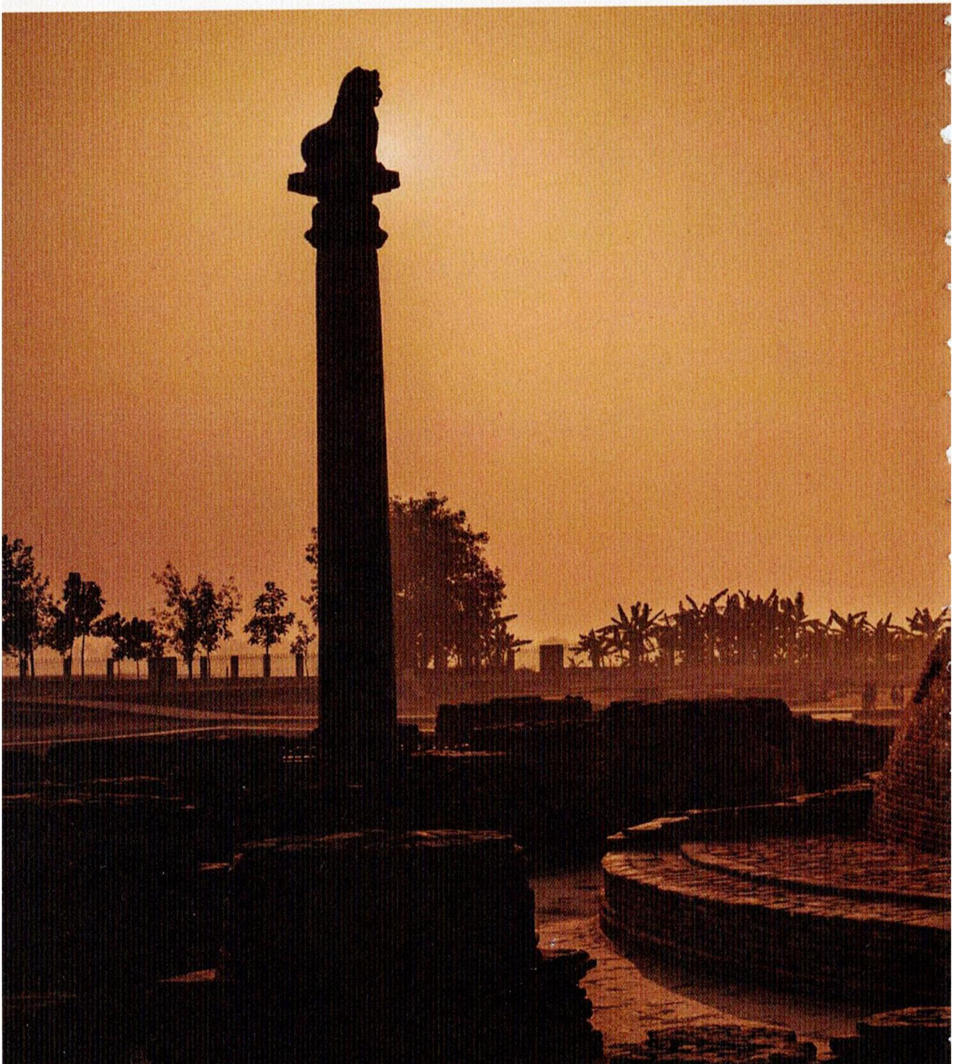
ลิ. เขียนตามให้ดี

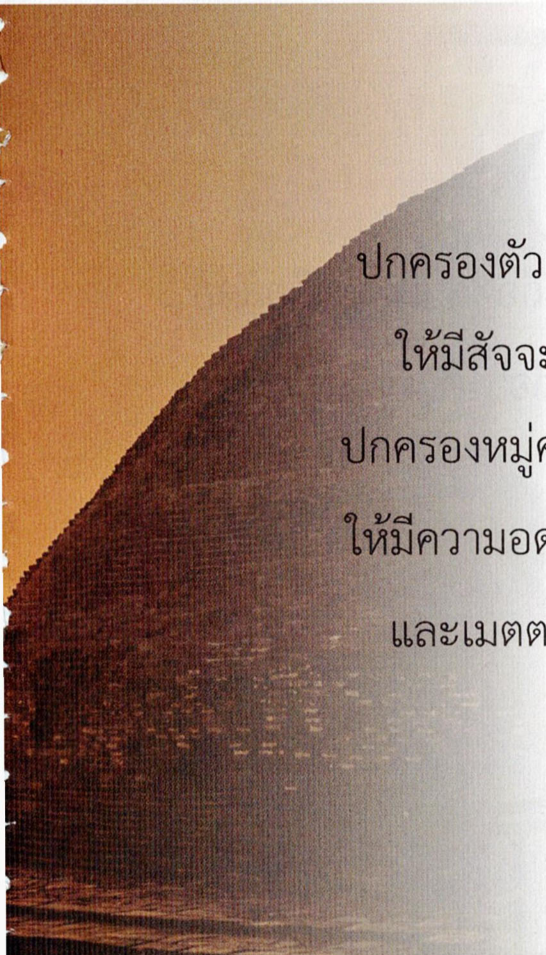






พรสวรรค์ในโลกนี้มีที่ไหน
ถ้าสนใจต้องใช้พรแสวง
ชอบอะไรต้องฝึกหัดต้องจัดแจง
หมั่นแสดงเข้าไว้ได้ดีเอง





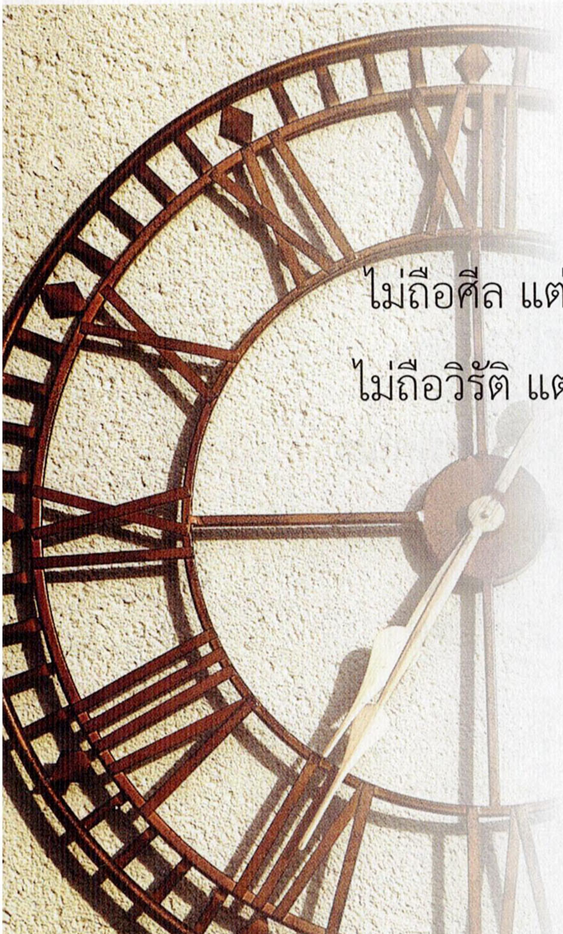
ปกครองตัวเอง

ให้มีสัจจะ

ปกครองหมู่คณะ

ให้มีความอดทน

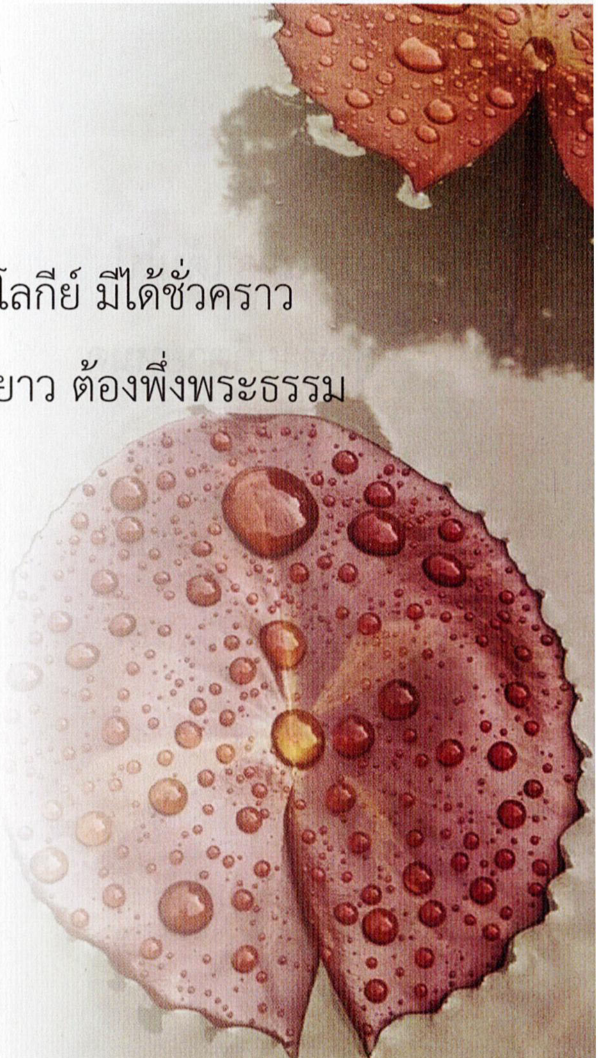
และเมตตา



ไม่ถือศีล แต่ต้องถือสัตย์

ไม่ถือวิรัติ แต่ต้องถือเวลา

ความสุขโลกีย์ มีได้ชั่วคราว
ความสุขยืนยาว ต้องพึ่งพระธรรม



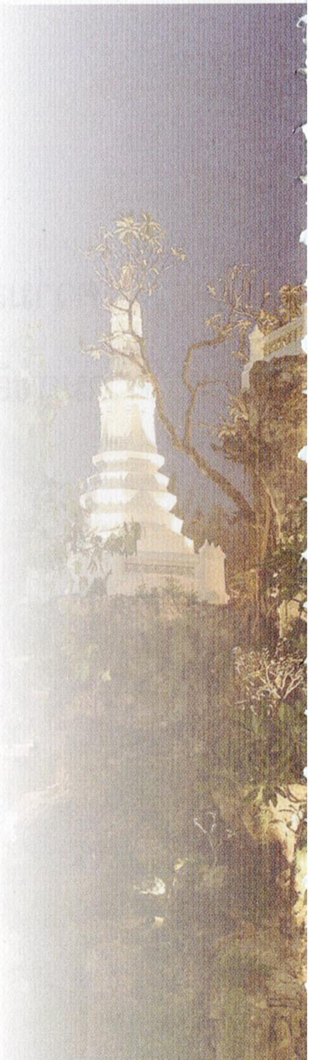
เต้นมา เต้นไป

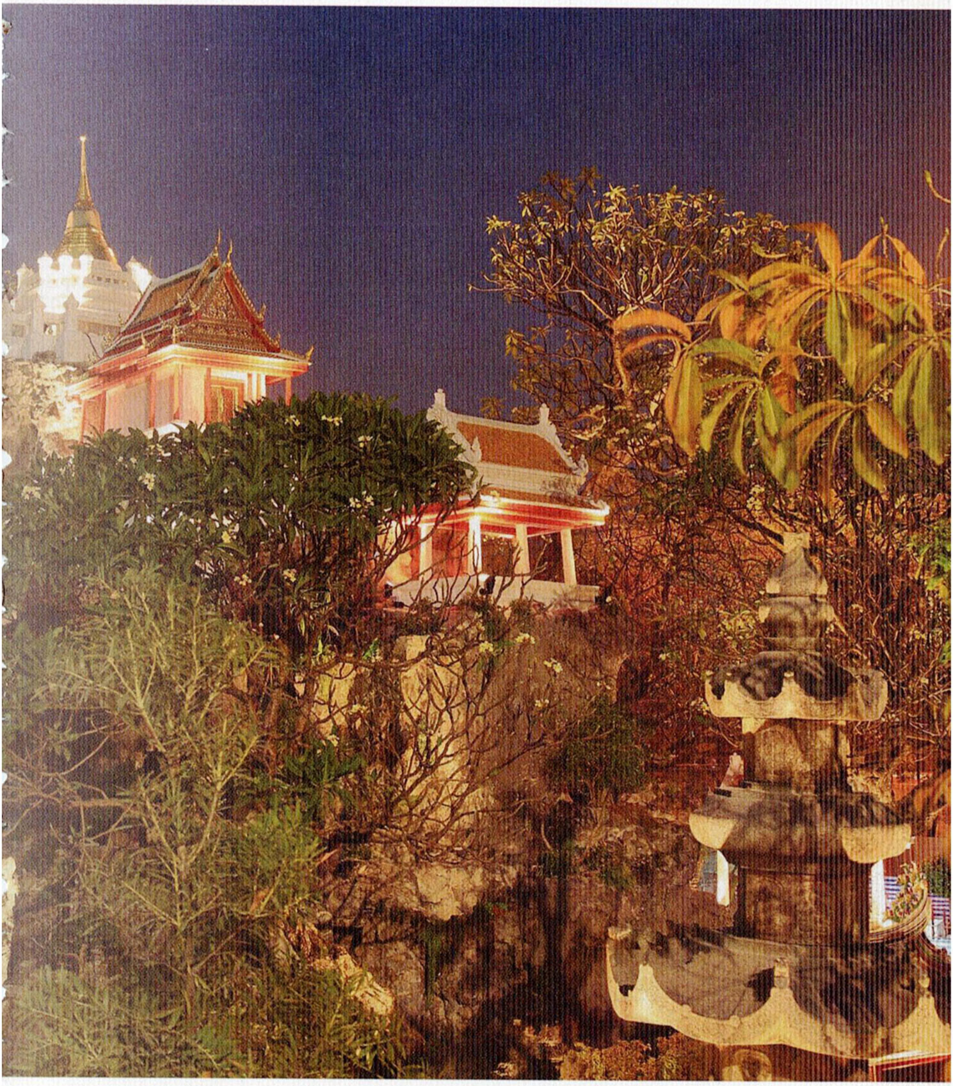
สุดท้ายก็ตายหมด

ชีพวางวาย

กลายเป็นดิน

ทรัพย์สินหมด





อยู่กับสิ่งที่มี ดีกว่าอยู่กับที่ฝัน

อยู่กับปัจจุบัน สำคัญที่สุด



สติกล้า ปัญญาก็แกร่ง
สติแหว่ง ปัญญาก็วูบ



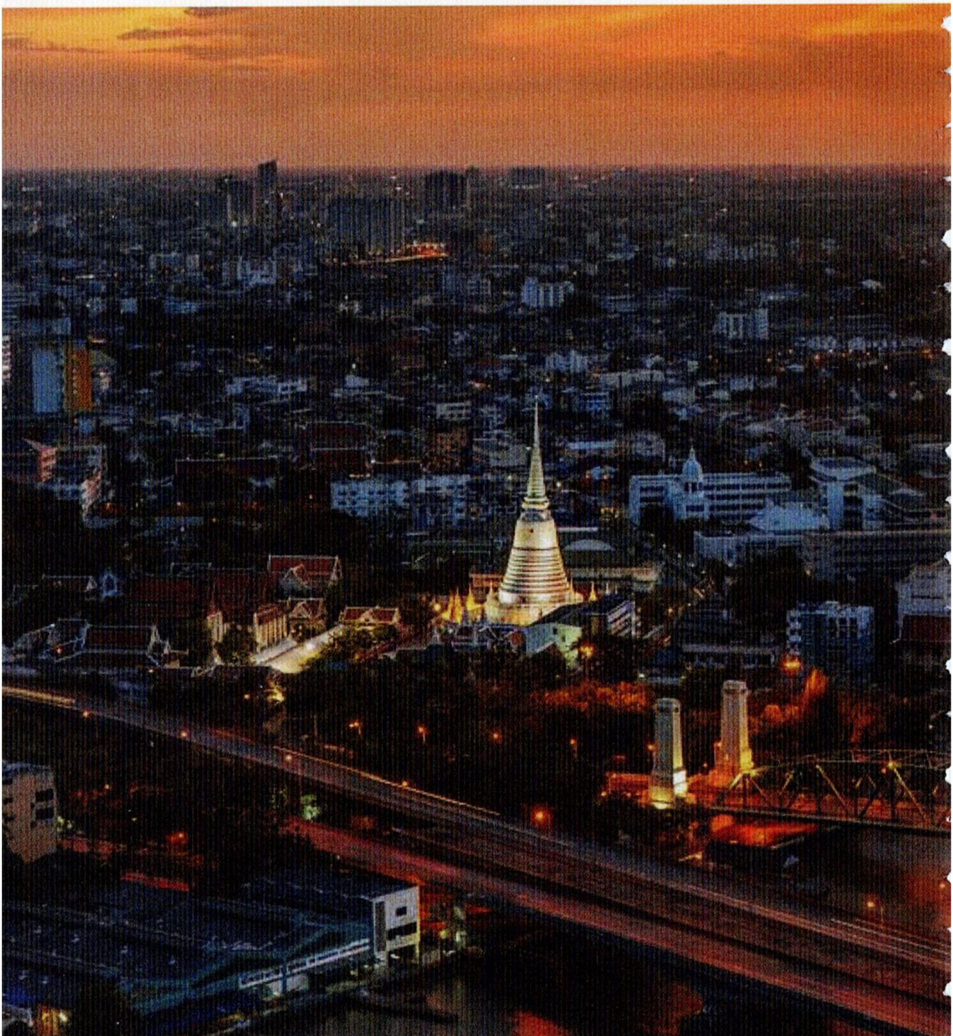


คำพูดที่บาดใจ

พูดไปจากใจที่บาดเจ็บ

อย่าหลงกับคำเยินยอ

อย่าท้อกับคำดูถูก



อยากเจอผีต้องไปป่าช้า
อยากเรียนเทศนาต้องมาวัดประยุรวงศ์

หากมนุษย์หยุดบ้าว่าคนอื่น
จะเดินยืนนั่งนอนสังวรอยู่
ขจัดโลภโกรธหลงในตัวกู
โลกจะอยู่ร่มเย็นเป็นสุขดี
ถ้ามนุษย์เอาแต่บ้าว่าคนอื่น
ให้ขมขื่นแค้นใจไร้สุขี
อำมหิตจิตใจไร้ปรานี
โลกใบนี้จึงร้อนเร่าอยู่เช้าเย็น



ภาษาพูดอย่าให้เพี้ยน
ภาษาเขียนอย่าให้พลาด
จึงเป็นปราชญ์อย่างแท้จริง


เมาอย่าขับ
หลับอย่าไป
ไม่มั่นใจอย่าแซง
อย่าฝ่าไฟแดง
อย่าแซงไฟเขียว
อย่าเลี้ยวส่งเดช
อุบัติเหตุไม่มี



คนประมาทเสียใจเมื่อใกล้ม้วย
ใจไม่สวยหมดสิทธิ์ไปสวรรค์
เมื่อเจ็บไข้ใกล้ตายแต่งไม่ทัน
แต่งใจกันวันนี้ดีกว่าเอย

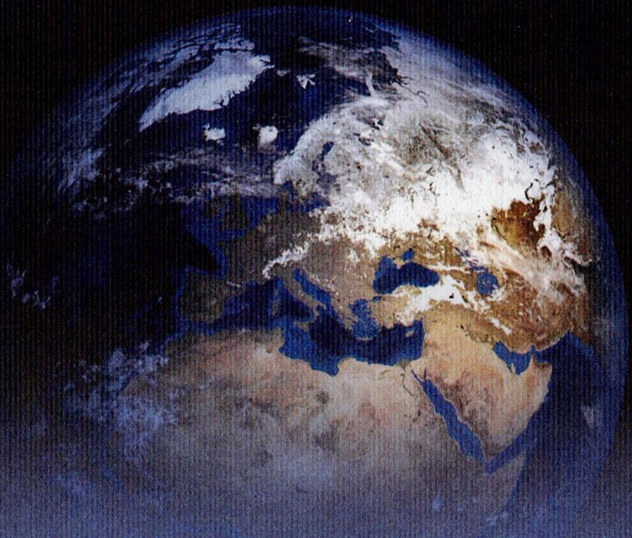


ผู้ใดชั่ว
รู้ตัวแล้วกลับจิต
พลิกชีวิตตนได้
ใครจะเหมือน



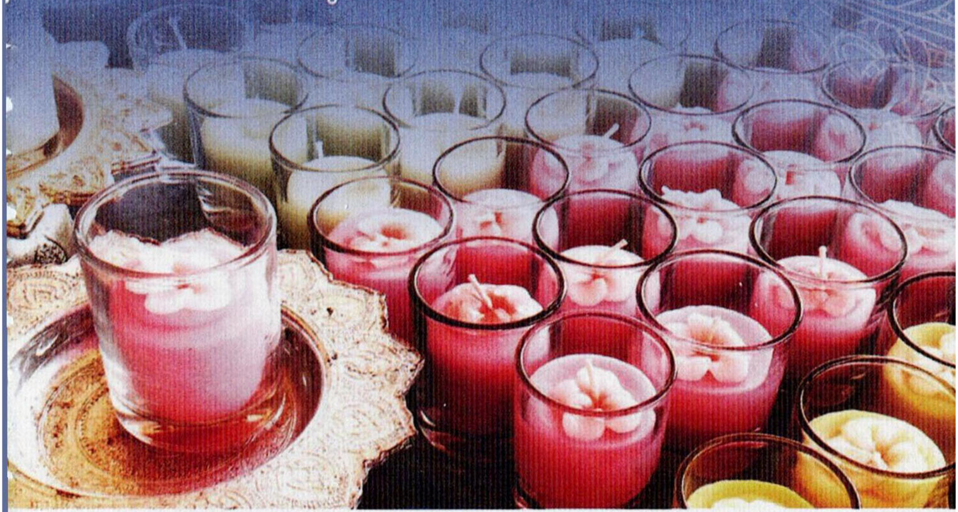
ไหว้พระให้ถูกพระ

สรณะ (ที่พึ่ง) จะมีในใจ



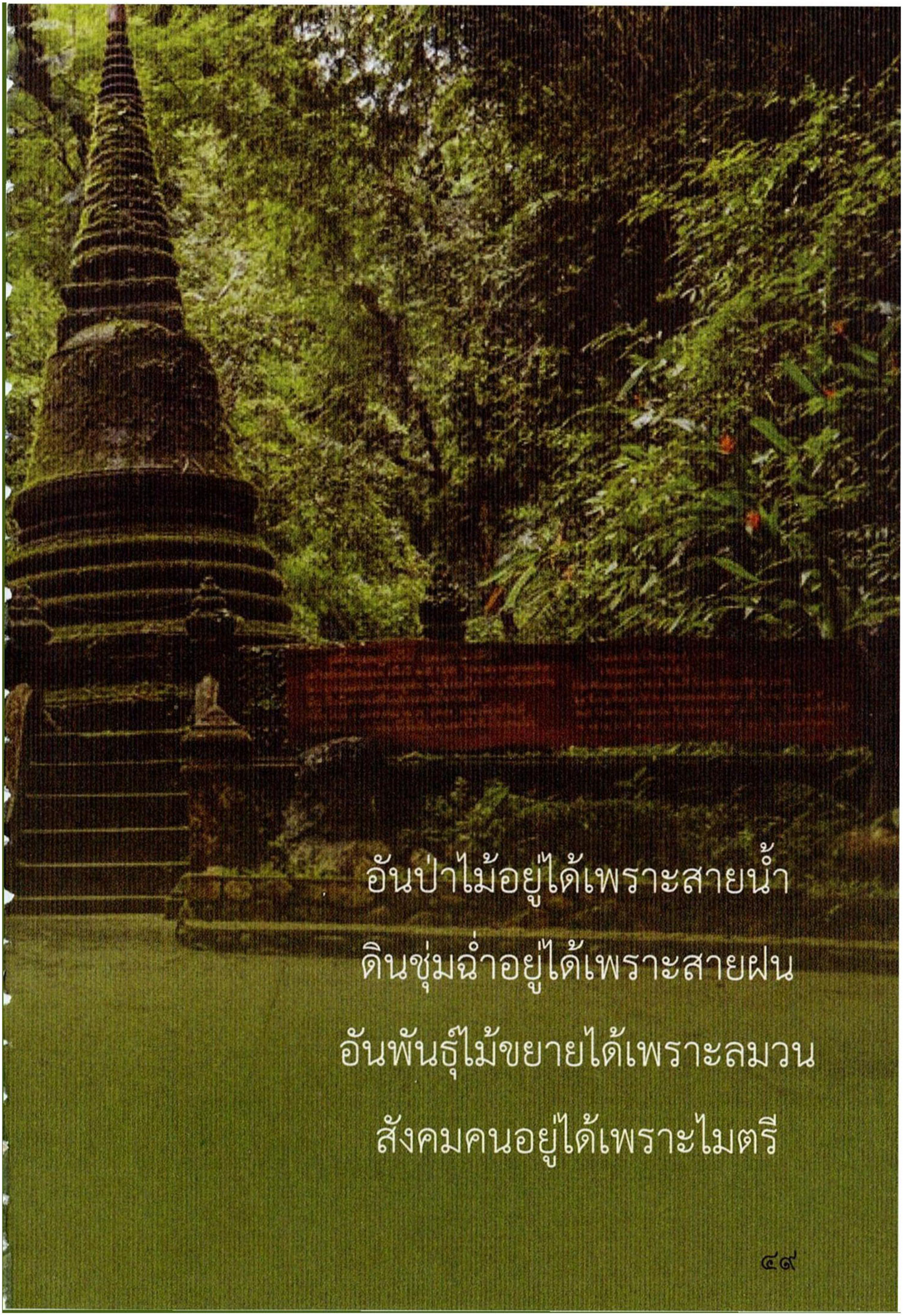
โลกใบนี้ที่วุ่นวายกันนักหนา
เพราะตัณหาพายุ่งให้นุงถุง

ถ้าเราได้ทุกอย่างดังที่คิด
สิ้นชีวิตจะเอาของกองไว้ไหน
มีได้บ้างเสียบ้างช่างปะไร
รู้กันไว้ว่าเป็นเช่นนี้เอง

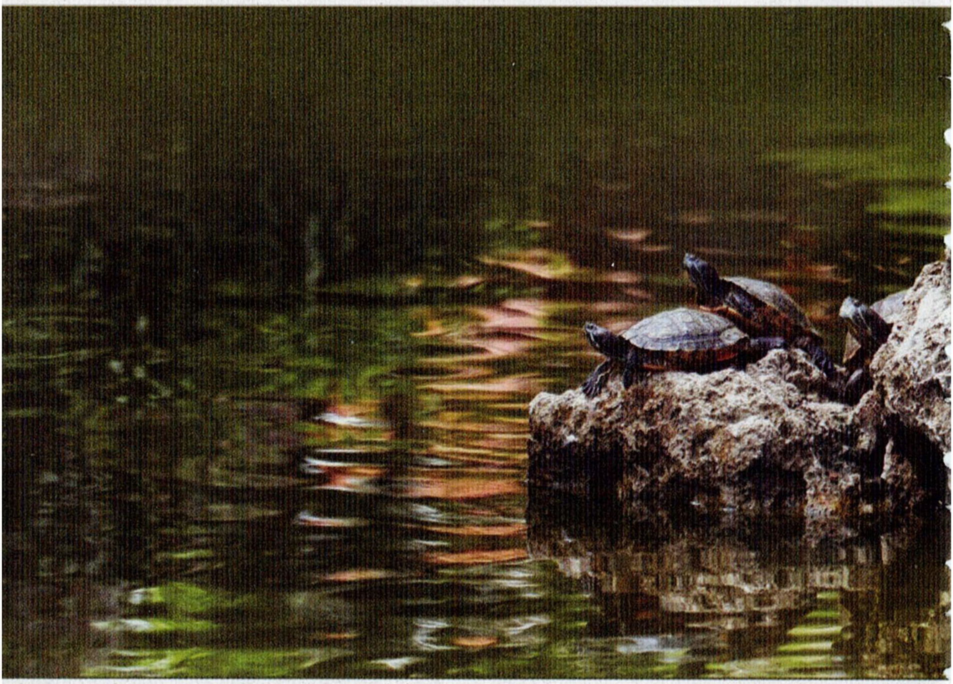




อันปวงกรรมทำไว้แต่ปางหลัง
เป็นพืชยังปางนี้ให้มีผล
หว่านพืชดีผลดีมีแก่ตน
หว่านพืชชั่วกลั้วผลให้ข้นแค้น



อันป่าไม้อยู่ได้เพราะสายน้ำ
ดินชุ่มฉ่ำอยู่ได้เพราะสายฝน
อันพันธุ์ไม้ขยายได้เพราะลมวน
สังคมคนอยู่ได้เพราะไมตรี



อย่าใจบาปหยาบช้าคร่าชีวิต
พึงครุ่นคิดชีวิตเขากับเราหนา
ต่างก็รักอาลัยในชีวา
ควรเมตตาต่อกันนั้นแหละดี



เพราะสังคมวัดกันที่ความรวย
คนจึงสร้างเปลือกสวยไว้สวมใส่
ถ้าสังคมวัดกันที่ชั้นใน
เน้นที่ใจใฝ่ดีจึงดีเอย



อย่าคิดโกรธโทษใครในยามทุกข์
แต่จงปลุกปลอบใจให้แกล้วกล้า
ไม่หวาดหวั่นขันสู้ด้วยปัญญา
แก้ปัญหาอย่าท้อต่อสู้ไป

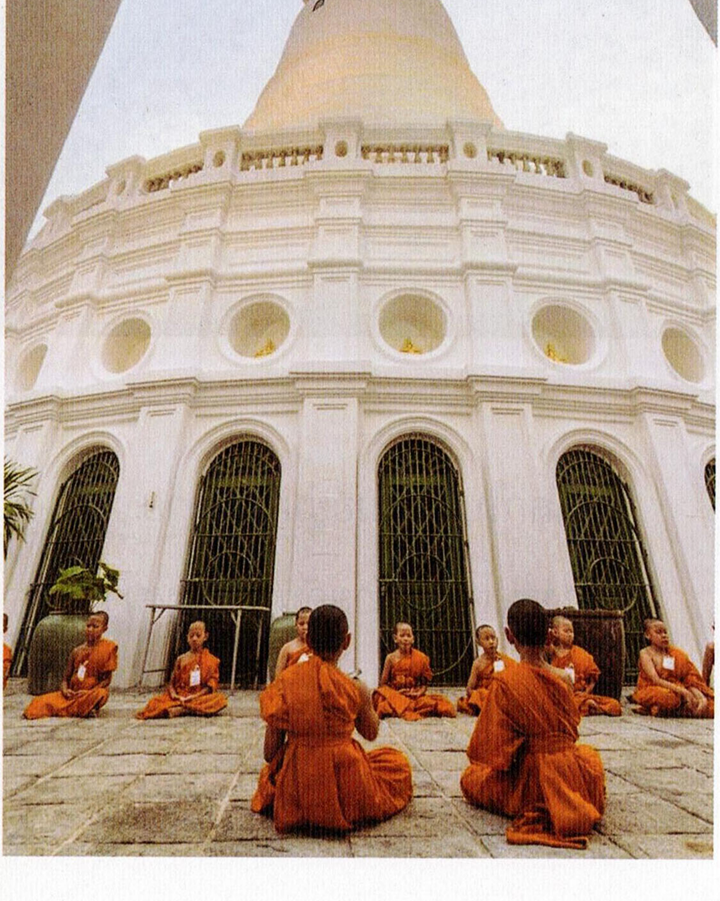


โลกใบนี้มีคนอยู่มากหลาย

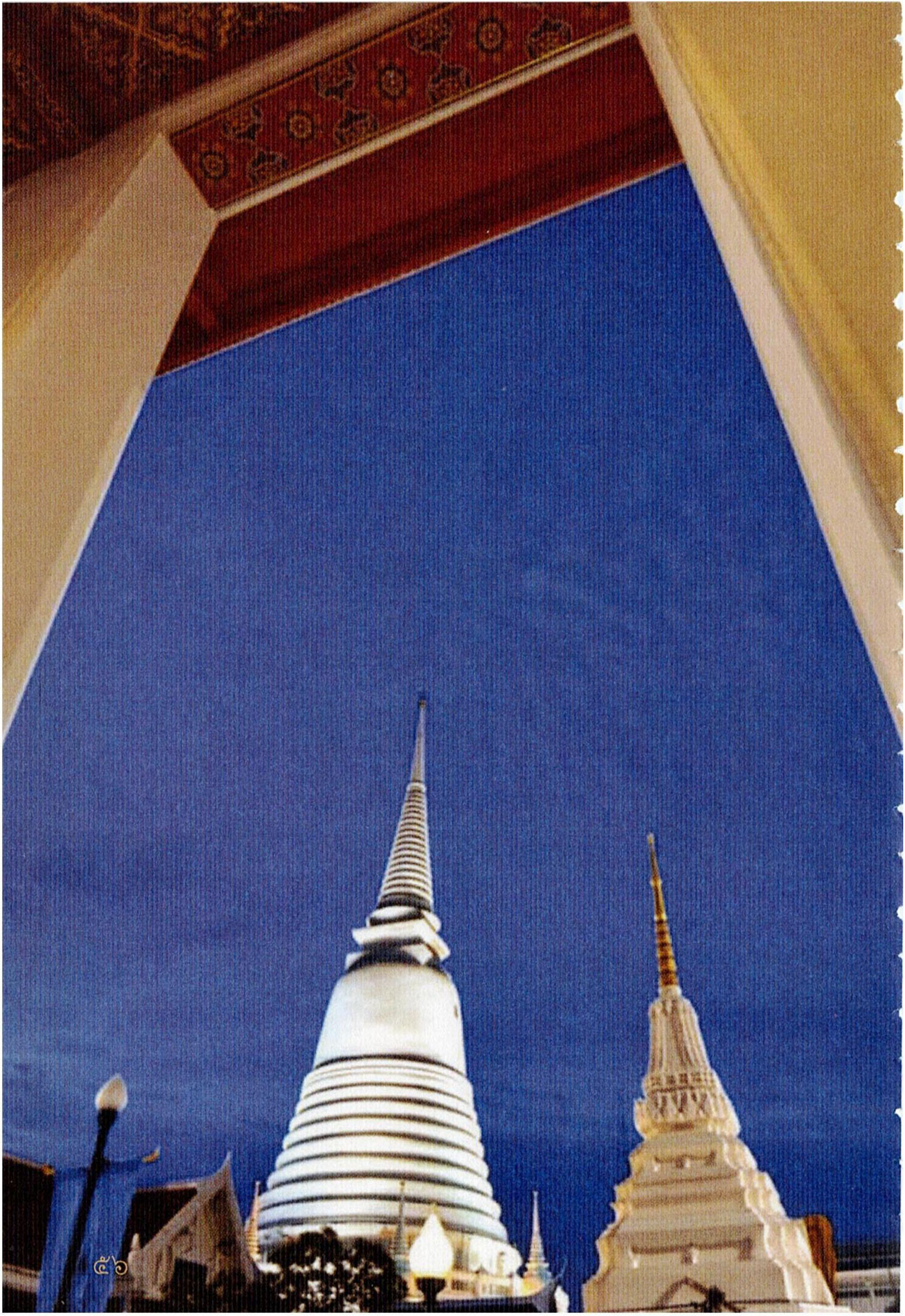
ต่างล้มตายคล้ายกันทั้งนั้นหนา

ถูกไฟเผาเหลือขี้เถ้าไว้ต่างตา

ทิ้งกายาติดเตาเป็นเถ้าเอย



อันอดีตผ่านไปไม่ปรากฏ
อนาคตอยู่ไหนยังไม่ถึง
ปัจจุบันสำคัญควรคำนึง
ระลึกถึงปัจจุบันให้ทันเอย



อันยศศักดิ์ชื่อเสียงเพียงความฝัน
อันรูปโฉมโนมพรรณฉันบุปผา
โอ้ชีวิตคิดไปเหมือนสายฟ้า
เกิดขึ้นมาหายไปไวฉับพลัน



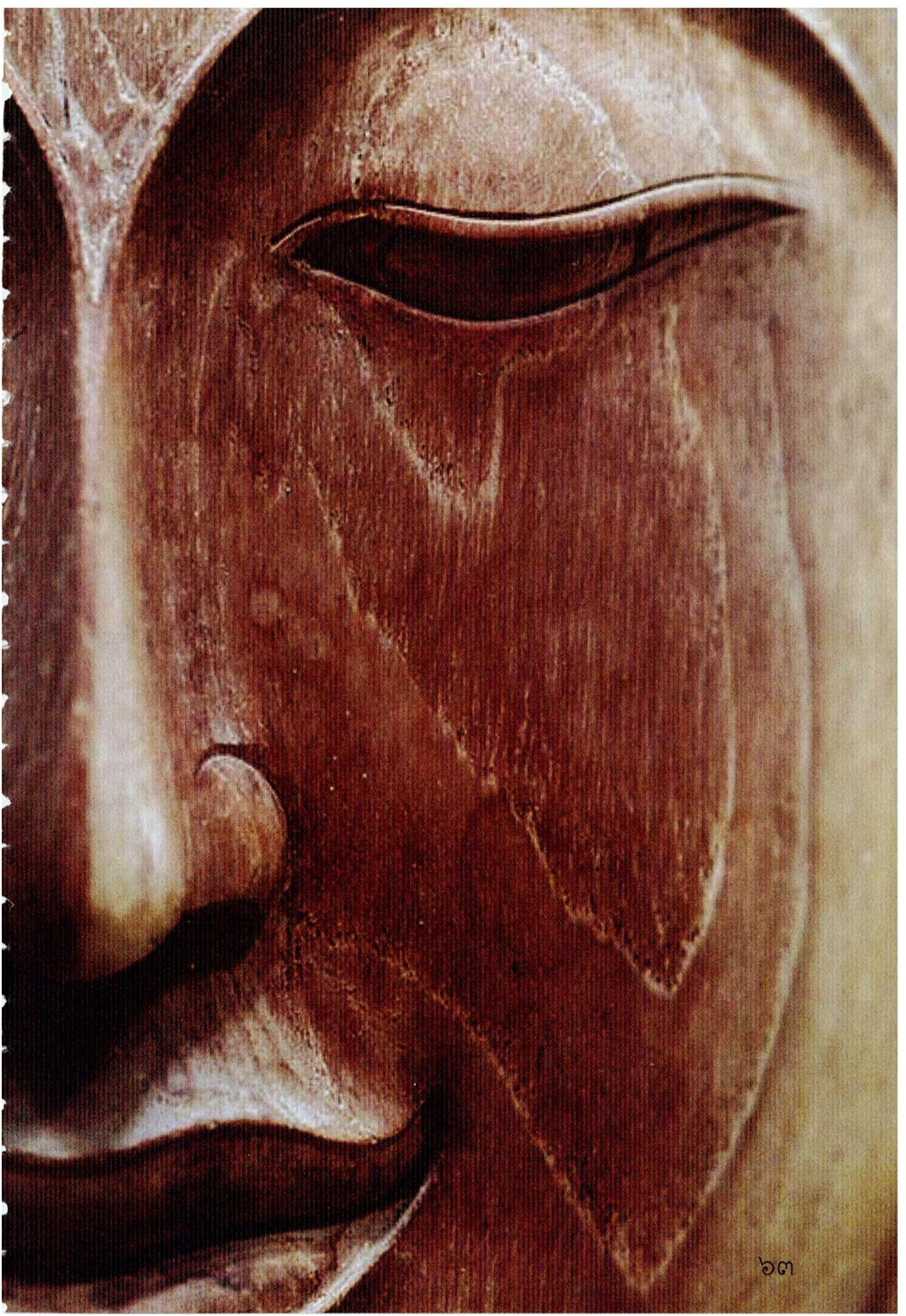
เรียนธรรมะจะดีเริ่มที่หูตา...
สัมผัสแล้วเกิดเวทนา ตัณหาวิ่ง
เกิดความอยาก เกิดผู้อยาก ดังปากปลิง
เรียนรู้ยิ่ง ตัณหาดับนับว่าพอ

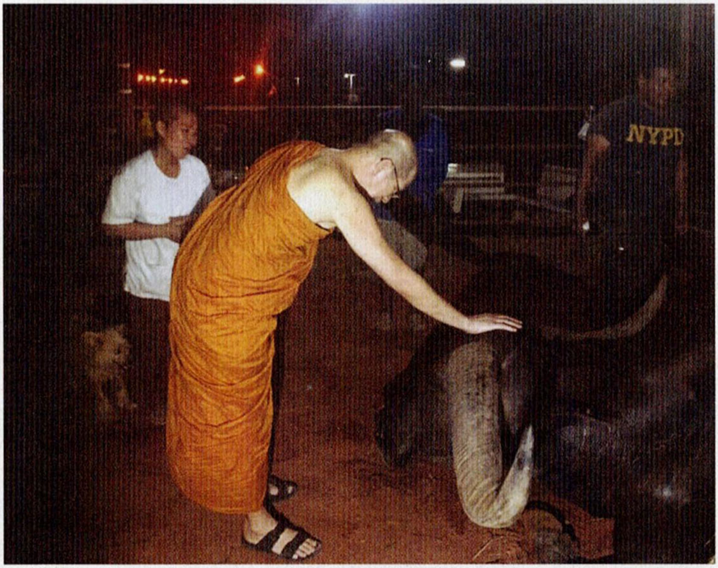


ด.ญ.วรรรญา วรรณผ่อง (น้องมิลค์) แชมป์โลกการแข่งขันโดรนเรซซิ่ง

ก่อนจะลุกย่อมผ่านซึ่งการล้ม
ก่อนจะคมย่อมผ่านซึ่งการทื่อ
ก่อนจะเก่งย่อมผ่านการฝึกปรือ
ก่อนมีชื่อย่อมผ่านการฝึกตน

สารพัดที่จะรู้เป็นครูเขา
ตัวของเราทำไมไม่สั่งสอน
ปล่อยให้ยุ่งนุงนังไม่สังวร
ควรผันผ่อนอย่าให้ยุ่งนุงนักเลย

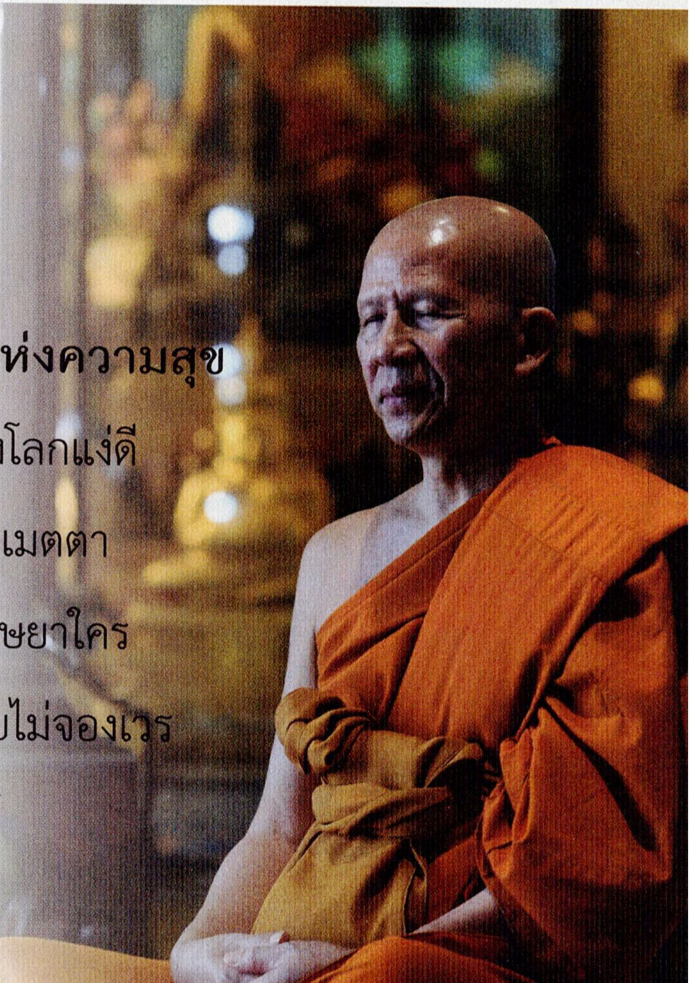




เลี้ยงคนดีกว่าเลี้ยงสัตว์

เลี้ยงคนแล้วกัด

เลี้ยงสัตว์ดีกว่าเลี้ยงคน



สูตรแห่งความสุข

๑. มองโลกแง่ดี

๒. ใจมีเมตตา

๓. ไม่ริษยาใคร

๔. อภัยไม่จองเวร

ยาชะลอความแก่ ประกอบด้วย

๑. คิดรักให้เป็น

๒. ใจเย็นเข้าไว้

๓. คลายเรื่องวิตก

๔. พกอารมณ์ขัน

๕. คิดทันสมัย

๖. เข้าใจคนอื่น

๗. อย่าฝืนความจริง

๘. ฝึกนิ่งให้เป็น



ก่อนหลับนอน

สอนใจไม่คิดเฟื่อง

ปล่อยทุกเรื่อง

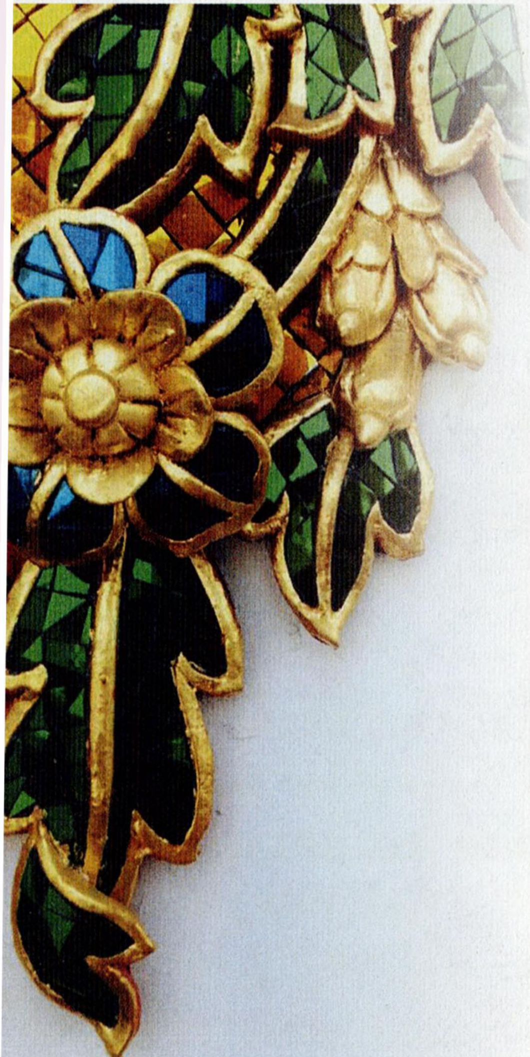
เปลื้องทุกอย่างไว้ข้างหมอน

ผ่อนใจกาย

ให้คลายตึงแล้วจึงนอน

ทำเสียก่อน

นอนเป็นสุขทุกคืนเอย



ยืนอย่าเพลิน

เดินให้ระวัง

นั่งให้สังวร

นอนให้มีสติ

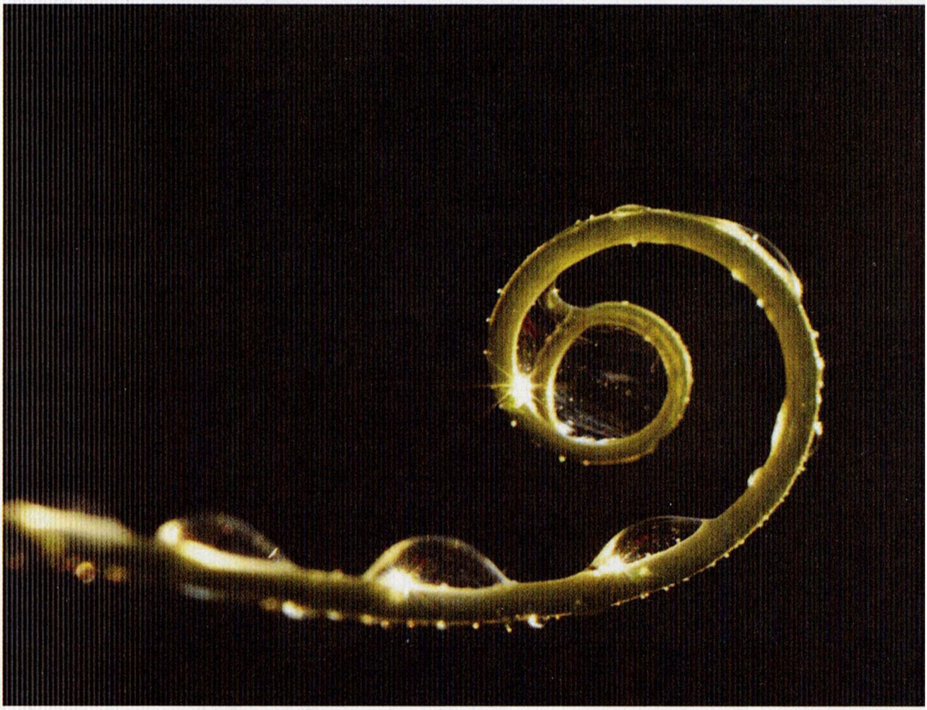


อย่านอนเปล่า
เอากระจกยกออกมา
ส่องดูหน้าเสียคราวหนึ่ง
แล้วจึงนอน



ติเพื่อก่อ

ดีกว่ายอเพื่อทำลาย



อย่าหาเหาใส่หัว

อย่าทำตัวเป็นเหา

คุณธรรมจากน้ำ

๑. ให้ความชุ่มเย็น

๒. เน้นความเป็นธรรม

๓. ช่วยชำระ

๔. ช่วยประสาน

๕. มีการปรับตัว

แรงนิวรณ์อ่อนล้ากว่ากิเลส

หากสังเกตจะเห็นเป็นเช่นว่า
อันนิวรณ์นั้นว่างเจตนา
กิเลสนั้นมาจากตั้งใจ
แรงนิวรณ์จึงอ่อนกว่ากิเลส
ไม่เป็นเหตุให้ทำกรรมน้อยใหญ่
กรรมชั่วดีที่คนป่นทำไป
มิใช่ใครเพราะกิเลสเป็นเหตุเอย

ไม่มีคนเลวก็ไม่รู้จักคนดี
ไม่มีหนี้ก็ไม่รู้จักประหยัด
ไม่มีนัดก็ไม่รู้จักเวลา
ไม่มีน้ำตาก็ไม่รู้จักน้ำใจ



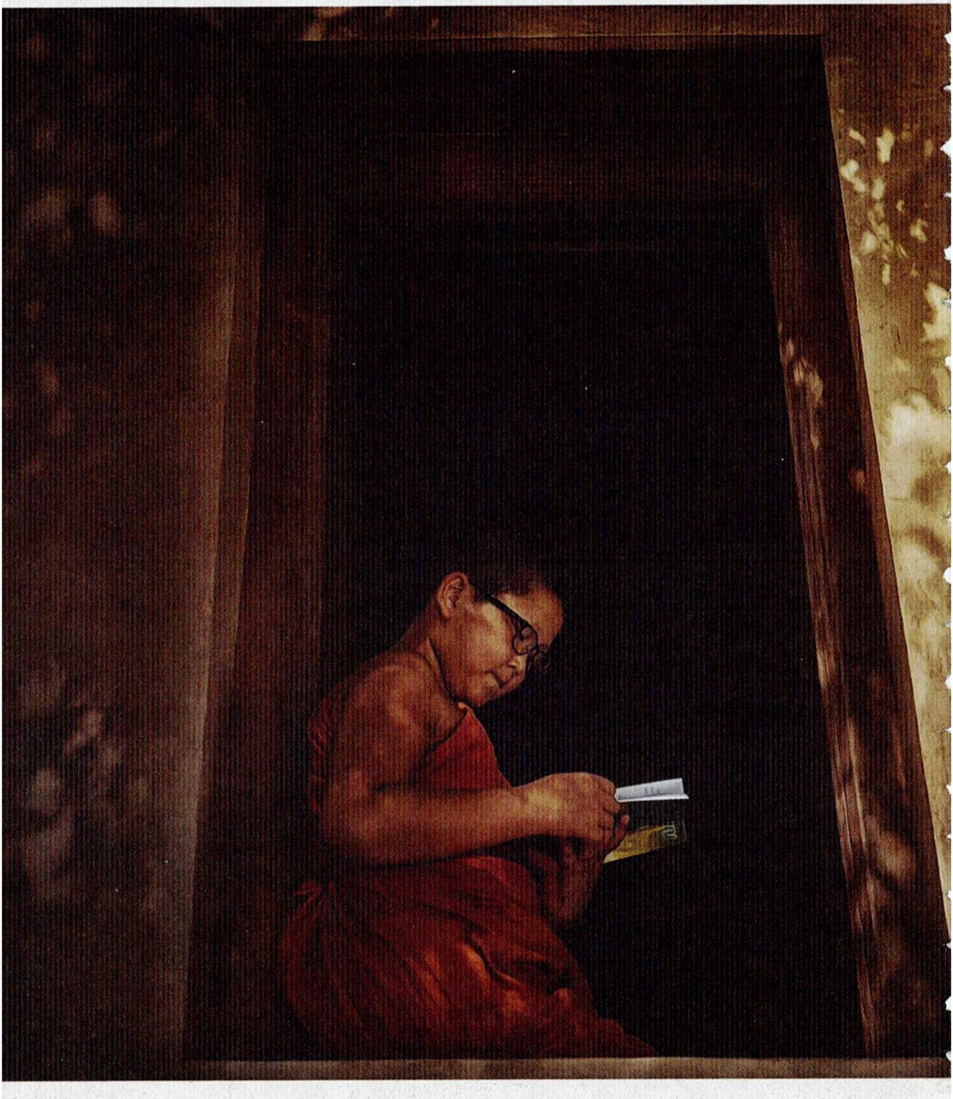
หากขาดกำลังใจ

จะเด็ดใบไม้สักใบก็ยังยาก

แต่หากมีกำลังใจ

จะย้ายภูเขาลูกใหญ่ก็ย้ายได้ไม่ยาก





การอบรมสั่งสอนลูกหลาน
และคนที่อยู่ในปกครองของตน
จะเป็นผลดีได้
ต้องสอนให้ทุกคน
สนใจพัฒนาจิตวิญญาณ



ถ้าไม่พัฒนาที่จิตใจ
จะพัฒนาสิ่งใดก็ไร้ผล
การพัฒนาต้องเริ่มที่ใจตน
จึงส่งผลพัฒนาที่ถาวร



สุขที่เรารัก

ทุกข์ที่เราเกลียดนั้น

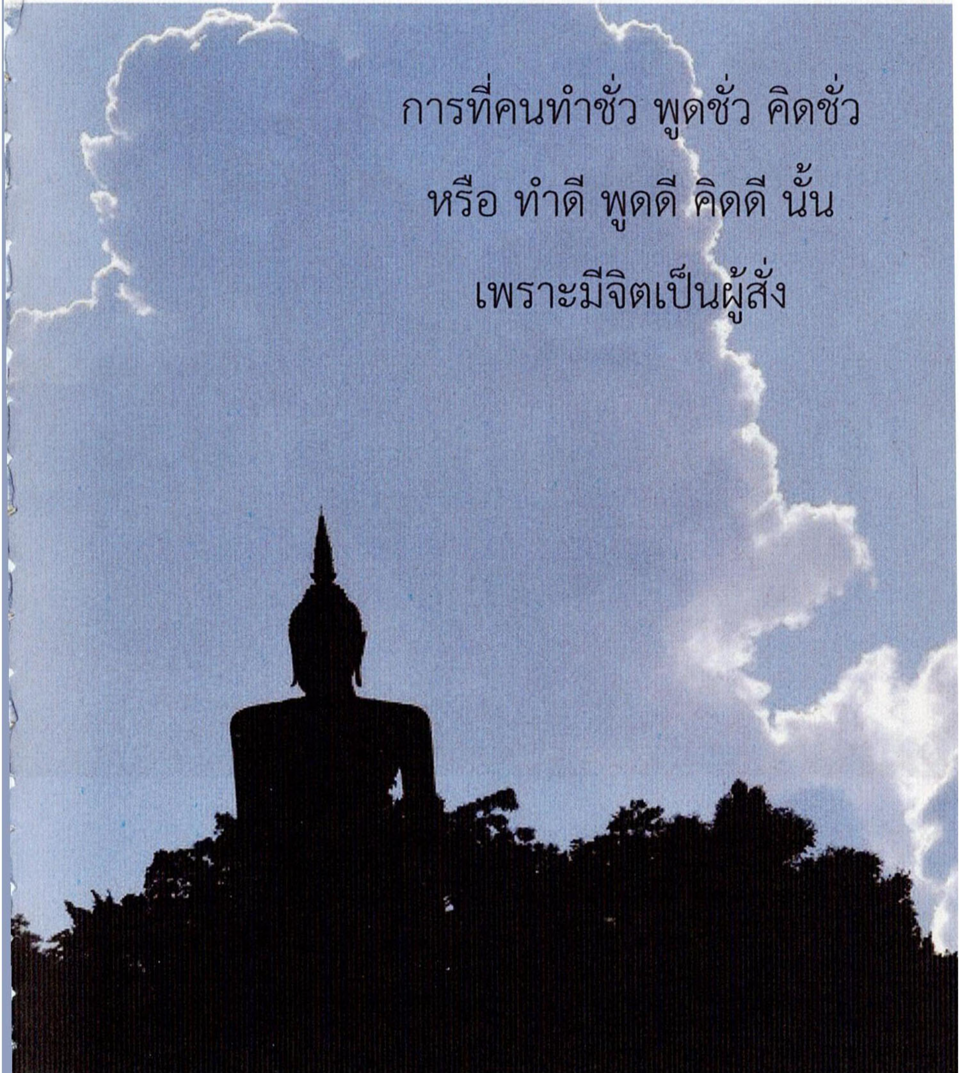
เกิดจากการกระทำทางกาย

การพูดทางปาก

และการคิดนึกทางใจเป็นเหตุ

ถ้าทำดี พูดดี คิดดี ก็เป็นสุข

ถ้าทำชั่ว พูดชั่ว คิดชั่ว ก็เป็นทุกข์


การที่คนทำชั่ว พูดชั่ว คิดชั่ว
หรือ ทำดี พูดดี คิดดี นั้น
เพราะมีจิตเป็นผู้สั่ง



ท่านว่าไว้ว่า

"ไก่งามเพราะขน คนงามเพราะแต่ง"

หมายความว่าอย่างไร หมายความว่า

ไก่หรือสัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย

งามมาแต่กำเนิด

ขน เขา และหนังของมัน

เป็นสิ่งสวยงามน่ามอง

ค่าของมันอยู่ในเนื้อในตัวของมันแล้ว

ไม่ต้องแต่งก็งาม

แต่เราเป็นคน ไม่ใช่งามที่ขน

ไม่ใช่งามที่หนัง แต่งามเพราะการแต่ง

ต้องแต่งจึงงาม ถ้าไม่แต่งก็ไม่งาม

หมดความหมายสู้ไก่ไม่ได้"



คนหรือมนุษย์นั้นมีส่วนสำคัญอยู่ ๒ ส่วน คือ

๑. ร่างกาย

๒. จิตใจ

จะแต่งคนให้งาม จะต้องแต่งที่ร่างกาย และที่จิตใจทั้ง ๒ ส่วน

ถามว่า

แต่งกายใจแต่งได้อย่างไร ?

ตอบว่า

แต่งโดยวิธีขับไล่สิ่งไม่ดีไม่งาม

ที่มาแปดเปื้อนอยู่ที่กายอยู่ที่จิตใจออกไป

แล้วนำความดีความงามมาใส่กายใส่จิตไว้

เช่น ขับไล่ความกักขฬะ กระด้าง

ออกไปจากกาย

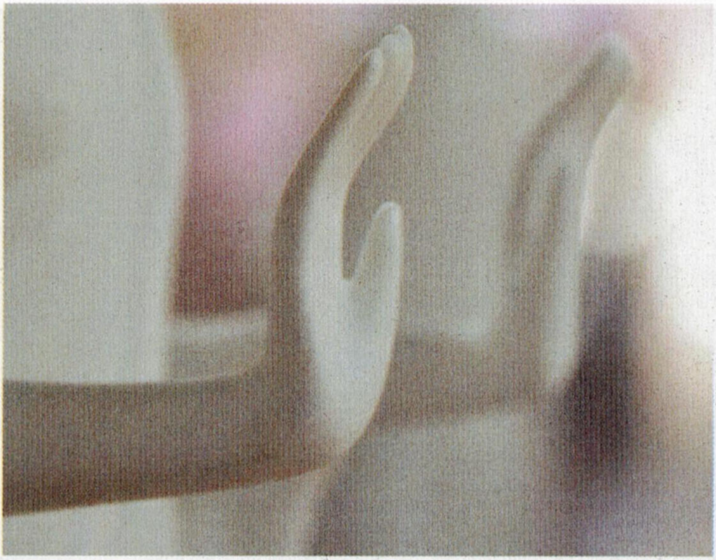
เอาความสุภาพอ่อนโยนมาใส่แทนที่

ขับไล่ความโง่เขลาออกจากจิตใจ

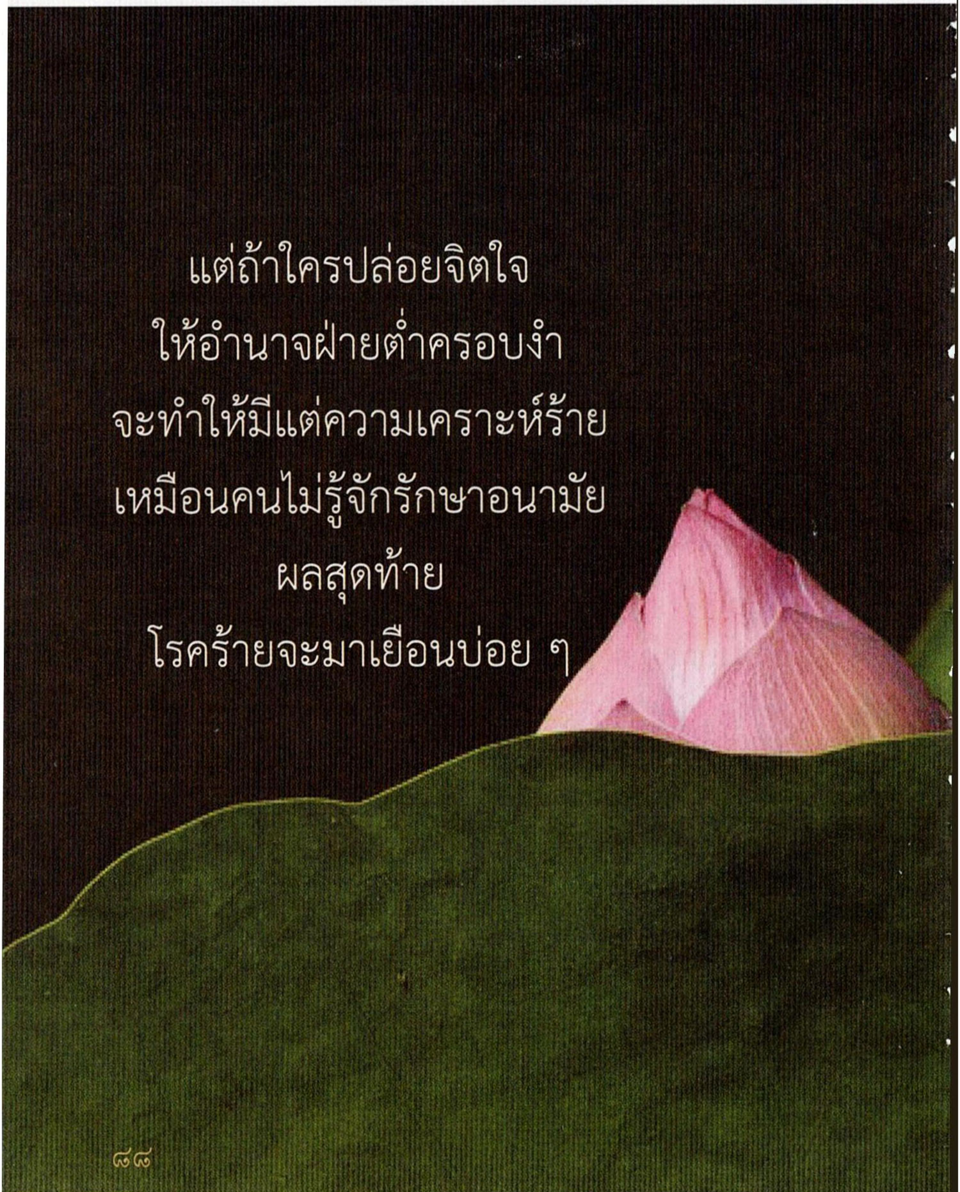
เอาวิชาความรู้มาใส่แทนที่



เนื้อแท้ของจิตนั้นเป็นธรรมชาติดีงามล้วน ๆ
จะแต่งใจให้งามก็จะต้องขับไล่สนิม เสนียด
ที่เป็นมลทินโทษต่าง ๆ ออกไปจากจิตใจ
ให้เหลือแต่ของดีของงามเท่านั้น



การแต่งจิต หรือการบริหารจิตของตนให้ดี
จึงเป็นการบำบัดปัดเป่าเคราะห์ร้าย
ให้พ้นไปจากตัว และเป็นการสร้างชีวิต
ให้ปลอดภัยจากอันตรายใหญ่ทั้งปวง



แต่ถ้าใครปล่อยจิตใจ
ให้อำนาจฝ่ายต่ำครอบงำ
จะทำให้มีแต่ความเคราะห์ร้าย
เหมือนคนไม่รู้จักรักษาอนามัย
ผลสุดท้าย
โรคร้ายจะมาเยือนบ่อย ๆ

คนแต่ละคนสามารถทำงานได้ ๓ อย่าง

คือ ๑. การทำ

๒. การพูด

๓. การคิด

ทั้ง ๓ อย่างนี้เรียกว่า “กรรม”

ถ้าเป็นการกระทำทางกาย

เรียกว่า กายกรรม

ถ้าเป็นการพูด เรียกว่า วจีกรรม

ถ้าเป็นการคิด เรียกว่า มโนกรรม



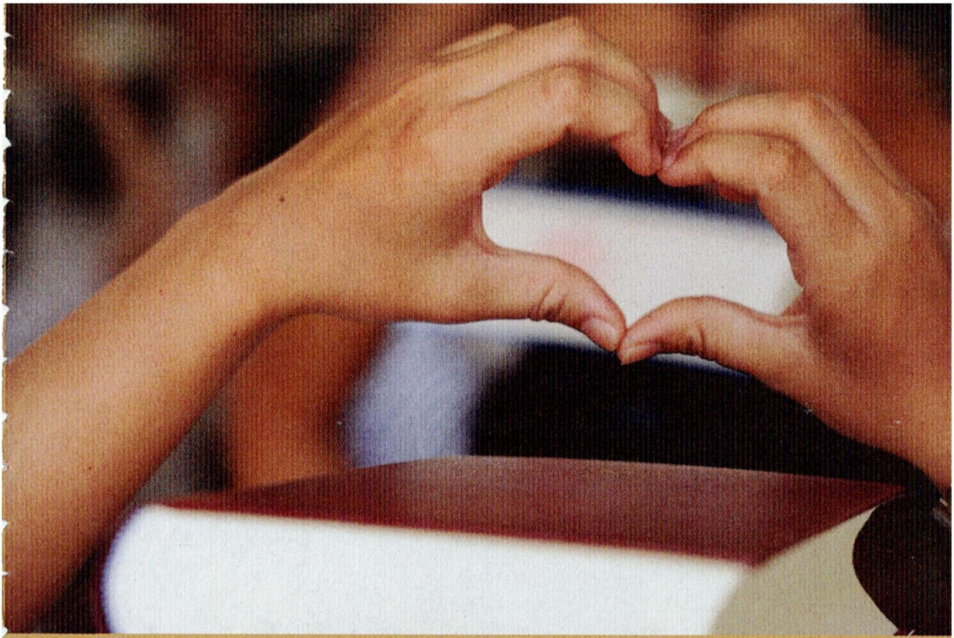
จิตของคนเรานั้น
ได้รับและได้ซับ
ทั้งเรื่องดีและเรื่องชั่วเอาไว้
เรื่องดีทั้งหมด
เข้าไปปรากฏในจิตนั้น
เรียกว่า "ธรรมะ"
เรื่องชั่วทั้งหมด
เมื่อเข้าไปปรากฏในจิต
เรียกว่า "อธรรม"

ธรรมะกับอธรรม

ย่อมสู้รบกันอยู่ในจิตของคน ในทุกกรณี
ที่ต้องตัดสินใจ

ถ้าธรรมมีกำลังมาก ธรรมก็จะชักนำจิต
ของเราให้คิดแต่ทางดี ให้กายทำแต่งานที่ดี
ให้ปากพูดแต่คำที่ดี เป็นกุศลกรรมคือ
เป็นกรรมดี จะมีความสุขความเจริญเป็นผล

ถ้าอธรรมมีกำลังมาก ก็จะจูงจิตของเรา
ให้ตกไปสู่ความชั่ว คือให้คิดทางชั่ว
ให้กายทำความชั่ว ให้ปากพูดคำชั่ว
เป็นอกุศลกรรม คือเป็นกรรมชั่ว
มีความทุกข์ความร้อนใจเป็นผล



กรรมดีและกรรมชั่วที่เราทำนั้น
จะเข้าไปรวมอยู่ในจิตของเรา
ถูกบันทึกไว้ในจิต
กรรมเหล่านั้นจะหาโอกาส
ให้สุขและทุกข์แก่เราต่อไป





ดูเมล็ดมะม่วง

มันเป็นที่รวมพันธุกรรม

ของต้นมะม่วงทั้งต้นไว้ในเนื้อที่นิดเดียว

ราก ใบ ดอก ผล ได้รวมตัวกันอยู่

ในเมล็ดมะม่วงเมล็ดเดียว

แต่เมื่อเมล็ดมะม่วง

ได้น้ำ ได้ปุ๋ย ได้อากาศ สมส่วนแล้ว

จะงอกขึ้นมาเป็นต้นมะม่วง

มีส่วนต่าง ๆ อย่างครบถ้วน

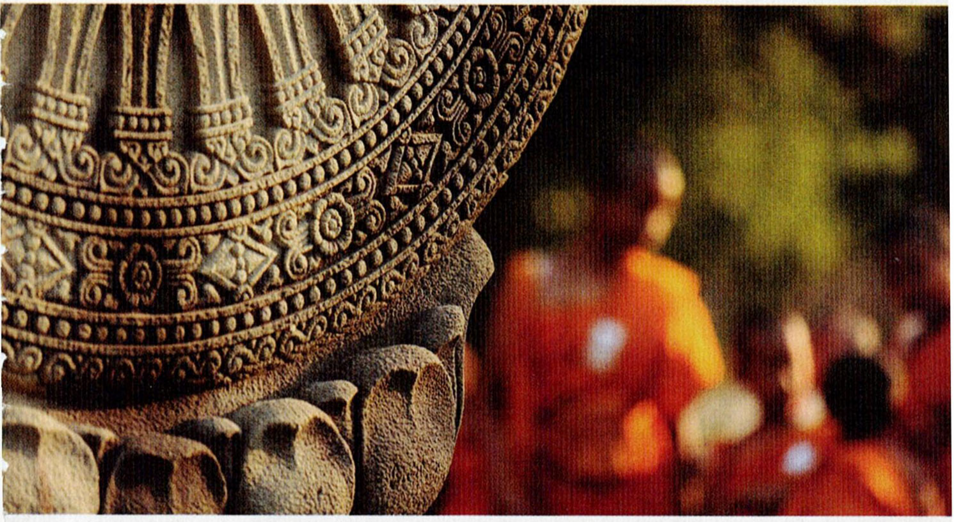


ทำชั่วด้วยตนมืดมนอลเวง

เราเศร้าหมองเอง ใครเล่าแบ่งเบา

ถ้าไม่ทำชั่วด้วยตัวของเรา

ไม่ต้องพึ่งเขา เราผ่องใสเอง



เหมือนกงเกวียนเวียนกรรมดูซ้ำซาก
กรรมวิบากนี้ก็ตรงอย่าสงสัย
ทำอย่างใดได้อย่างนั้นเห็นมั่นใจ
เป็นเวรไปตั้งกัปไม่นับปี



สิ่งที่ควรทำคือความดี

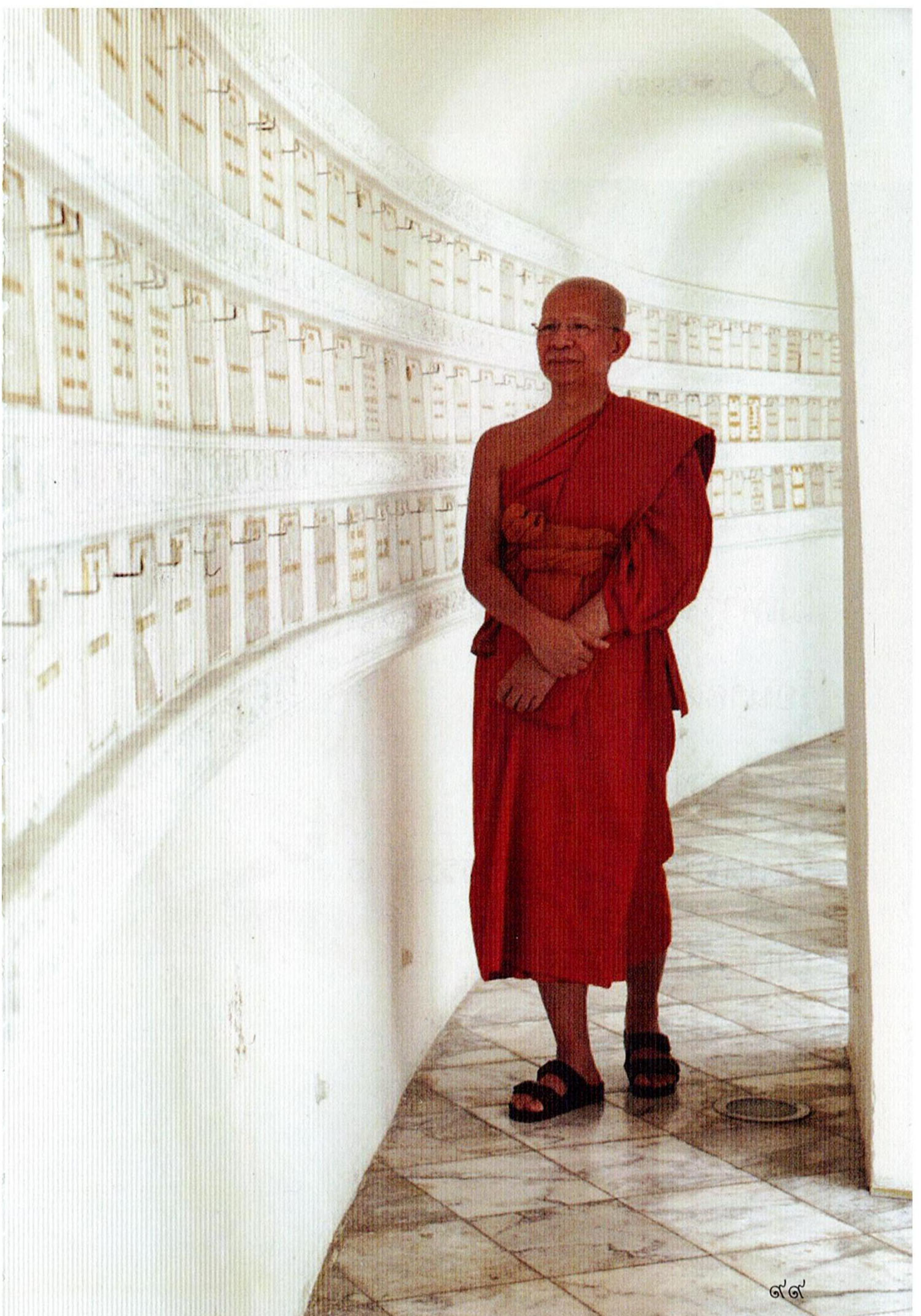
สิ่งที่ควรมีคือสัจจะ

สิ่งที่ควรละคือบาปกรรม

สิ่งที่ควรจำคือกตัญญู

สิ่งที่ควรรู้คือใจเขา

สิ่งที่ควรเฝ้าคือใจตน





รู้นรกสวรรค์
ไม่เท่ารู้จิต
รู้อนาคต อดีต
ไม่เท่ารู้ปัจจุบัน
รู้แปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์
ไม่เท่ารู้ปล่อยวาง



ธรรมะมีลักษณะเหมือนแว่นตา
ถึงจะดีมีค่าเกินกล่าวขาน
ถ้าอ่อนแก่เกินขนาดมิเป็นการ
ต่อประมาณพอดีจึงมีคุณ
ประพฤติธรรมสำคัญที่พอดี
สองคำนี้มีไว้ไม่ว้าวุ่น
ขาดพอดีมีแต่จะขาดทุน
ความสมดุลอยู่ที่พอดีเอย



พรหมวิหาร ๔

๑. เมตตา อารีหวังดีเขา

๒. กรุณา ปัดเป่าบรรเทาทุกข์

๓. มุทิตา ใจสุขเมื่อเห็นเขาได้ดี

๔. อุเบกขา ไม่ยํ่ายียามเขายํ่าแย่



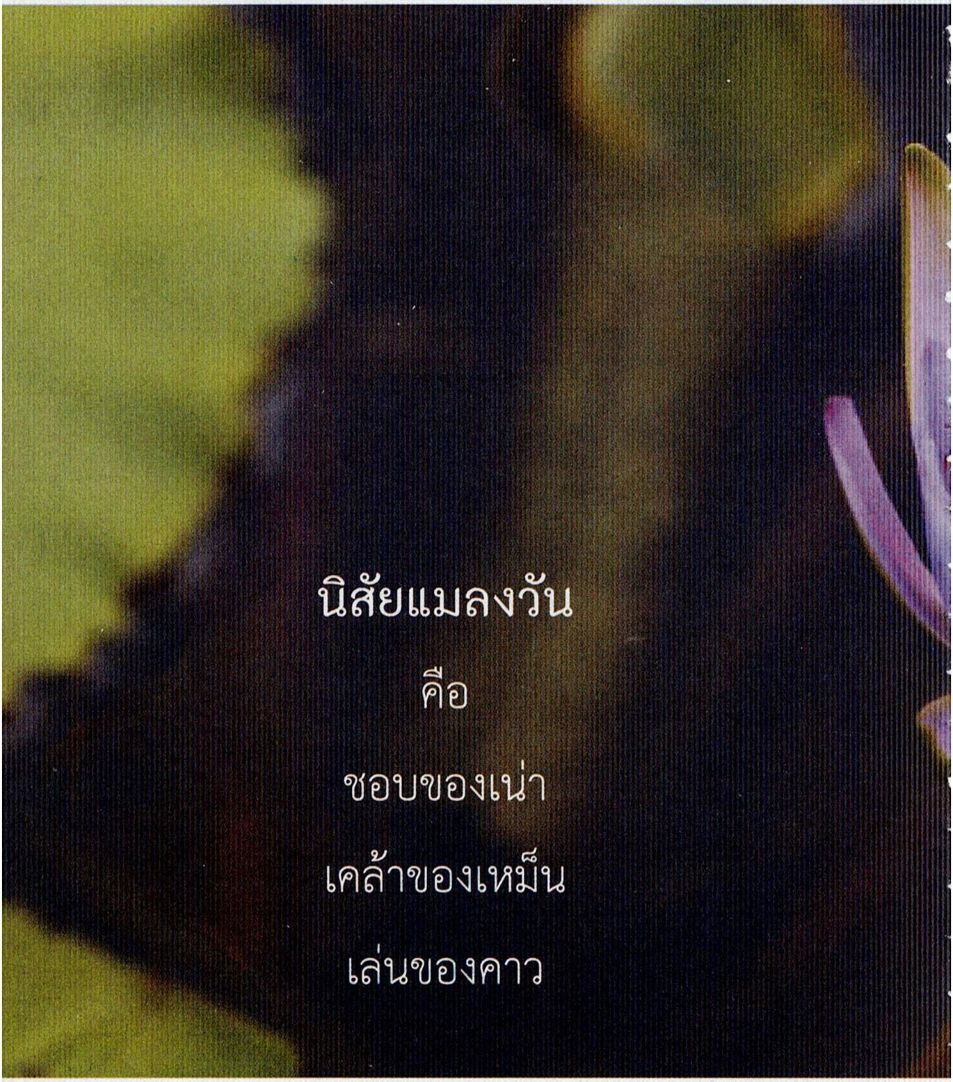
เหตุให้สุขภาพไม่ดี ๔ ประการ

๑. จิตใจไม่อบอุ่น

๒. ไม่สมดุลเรื่องอาหาร

๓. ไม่มีการออกกำลังกาย

๔. เล่นไลน์ไม่รู้จักหลับนอน



นิสัยแมลงวัน

คือ

ชอบของเน่า

เคล้าของเหม็น

เล่นของคาว



นิสัยแมลงผึ้ง

คือ

ขยันหากิน

บินไม่สูงนัก

รู้จักสะสม

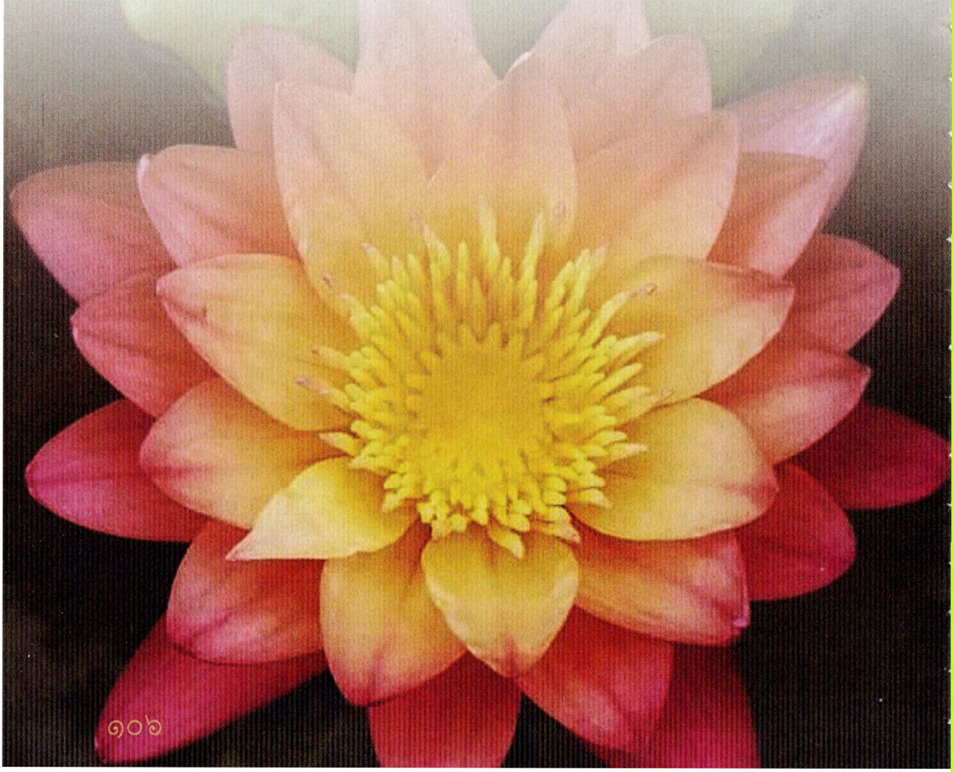
นิยมสามัคคี

อันชั่วดีที่ทำกรรมทั้งหลาย

ไม่หนีหายสูญสิ้นไปถิ่นไหน

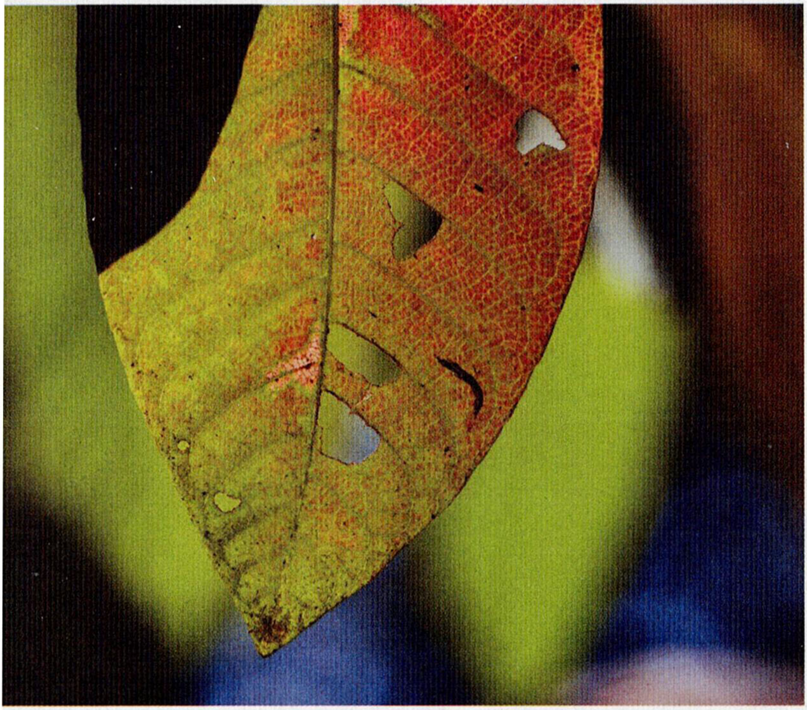
ย่อมอยู่ดีกินดีไม่มีภัย

รวมเก็บไว้ที่จิตติดตัวเรา





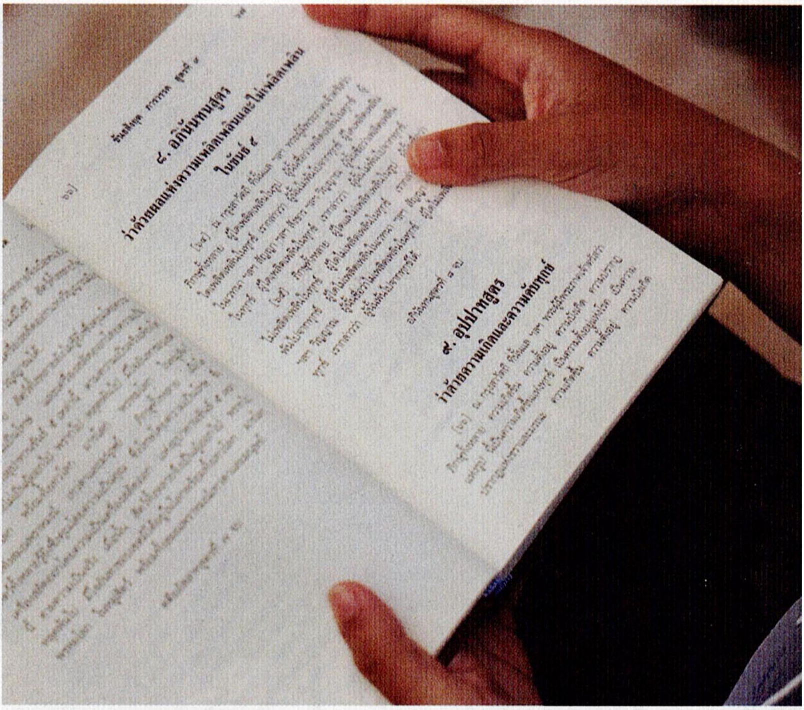
บางทีใจมีเรื่องรัก
บางพักใจมีเรื่องชัง
ใจพะว้าพะวัง
เพราะคิดชังคิดรัก



คนเห็นแก่ตัวน่ากลัวที่สุด

สังคมเสื่อมทรุด

เพราะมนุษย์เห็นแก่ตัว

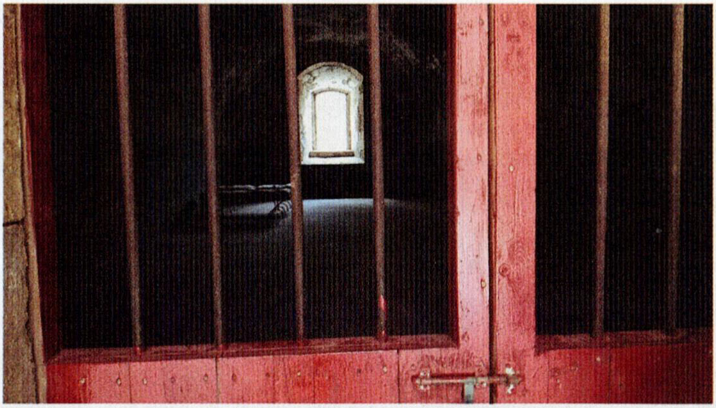


สนามรบสร้างคนกล้า

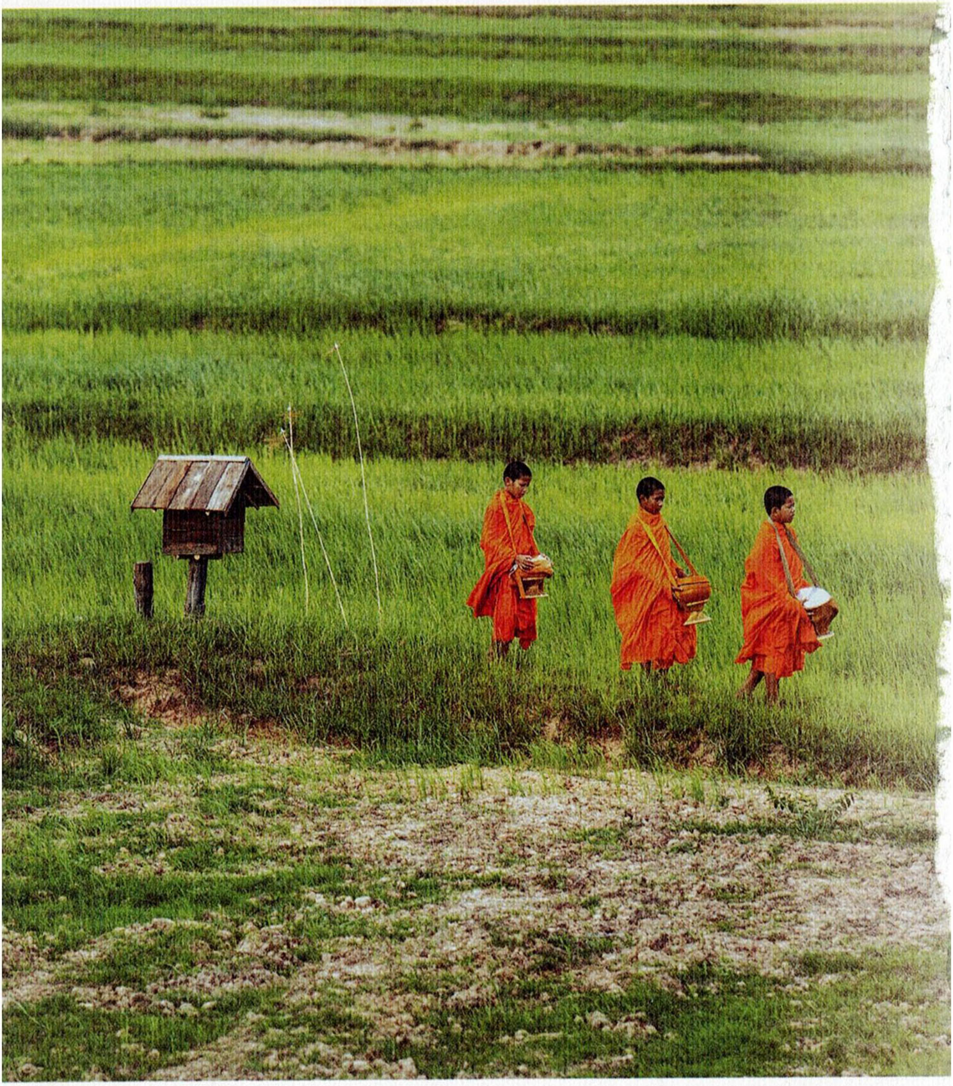
สนามกีฬาสร้างสามัคคี

สนามธรรมบาลีสร้างคนดีให้พระศาสนา





ประตูคุกมิดชิดปิดตลอด
คนยังดอดเข้าไปอยู่ดูน่าขัน
ประตูวัดเปิดกว้างว่างทั้งวัน
คนเข้ากันน้อยนิดลองคิดดู
อยู่ในคุกคับแค้นแสนจะแย่
คนยังแห่อยู่แน่นแสนอดสู
อยู่วัดวาพาใจให้เฟื่องฟู
คนกลับอยู่บางตาระอาใจ



ผิดหวังเป็นเรื่องปกติ

ถูกตำหนิเป็นเรื่องธรรมชาติ

เกิดเป็นคนไม่ควรประมาท

หากเกิดผิดพลาด ความพินาศจะถึงตน



แผ่นดินไหวให้ระวังตัว

พบสิ่งเมามัวให้ระวังใจ



หลังคาไม่รั่ว ฝนก็ไม่ไหล

ใจไม่รั่ว ความชั่วก็ไม่ไหลรด



ถ้าไม่มีการบริหารจิต

ชีวิตจะกลุ้มกังวล

ทำสิ่งใดจะไร้ผล

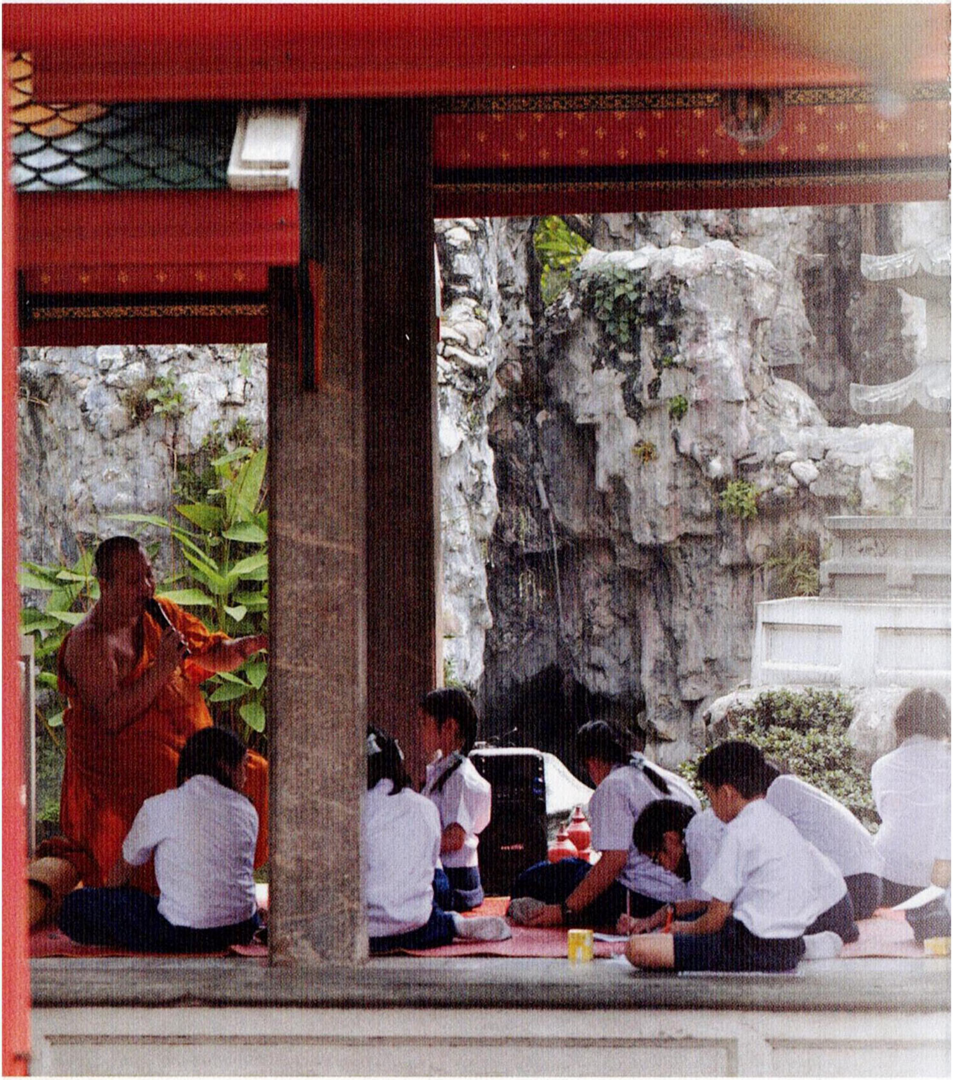
กลายเป็นคนหลักลอย

แสงนวลของเทียนไข
ส่องแสงได้เพราะน้ำตาเทียน





คนไหว้พระส่วนใหญ่ไม่ถูกพระ
ไหว้เปะปะพระประดิษฐ์อิฐปูนปั้น
ใจกระจ่างแจ้งธรรมนี้สำคัญ
พระจะพลันพบได้ในใจเรา





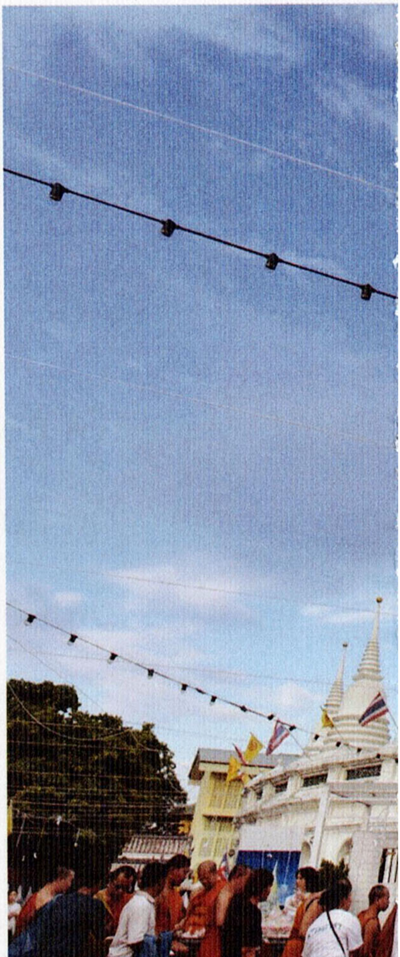
วัด คือ ศูนย์รวมใจไทยทั้งชาติ

วัด คือ วงศ์แห่งญาติที่กว้างใหญ่

วัด คือ เขตเมตตา เขตอภัย

วัด คือ ค่ายฝึกใจให้คนรักดี

เข้าวัดยามเป็น
ได้เห็นน้ำใจ
เข้าวัดยามตาย
ได้เห็นน้ำตา
เข้าวัดยามชรา
ยังดีกว่าไม่เข้าวัดเลย







ข้อคิดเพื่อชีวิตร่มเย็น

จากโครงการเข้าวัดยามเป็น

“เข้าวัดยามเป็น

ร่มเย็นกายใจ

เข้าวัดยามตาย

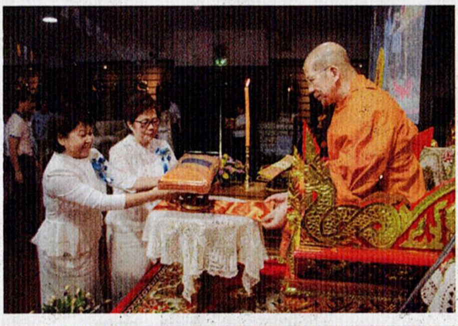
เห็นแต่กายที่ชาเย็น”

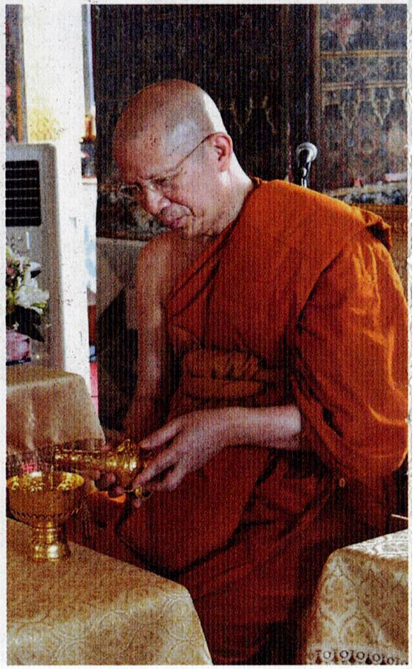


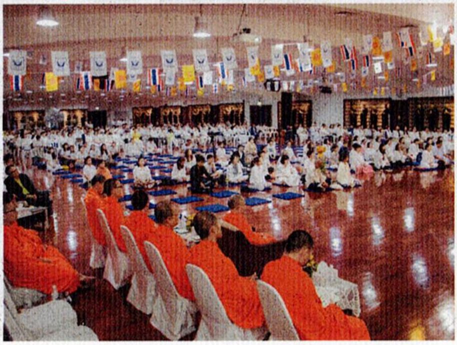
บำเพ็ญธรรมทานและอามิสทานเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนา

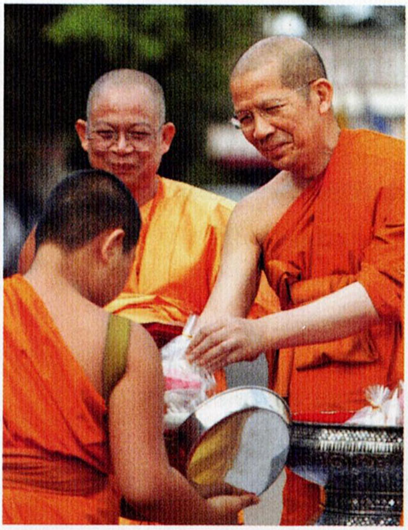


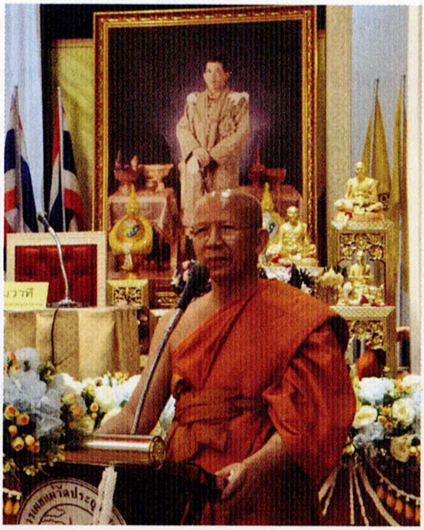














พระเทพปฏิภาณกวี สุธีธรรมสาธก ตรีปิฎกวิภูษิต มหาคณิสสร บวรสังฆาราม คามวาสี

สถานะเดิม

ชื่อ บุญมา นามสกุล คำปลื้ม เกิดวันที่ ๑ มกราคม พ.ศ. ๒๔๙๓ ณ บ้านเลขที่ ๑๙ หมู่ที่ ๕ ตำบลดอนแร่ อำเภอเมืองราชบุรี จังหวัดราชบุรี

บรรพชา

วันที่ ๑๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๐๔ ณ วัดนาหนอง ตำบลดอนแร่ อำเภอเมืองราชบุรี จังหวัดราชบุรี

อุปสมบท

วันที่ ๑๙ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๑๓ ณ วัดมหาธาตุวรวิหาร ตำบลหน้าเมือง อำเภอเมืองราชบุรี จังหวัดราชบุรี

การศึกษา

พ.ศ. ๒๕๐๔ สำเร็จวิชาสามัญชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

พ.ศ. ๒๕๐๗ ได้นักธรรมชั้นเอก สำนักเรียนคณะจังหวัดราชบุรี

พ.ศ. ๒๕๑๑ ได้เปรียญธรรม ๓ ประโยค และสอบเทียบได้ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๓

พ.ศ. ๒๕๑๕ ได้มัชฌิมอาภิธรรมิกะโท

พ.ศ. ๒๕๒๖ สอบได้เปรียญธรรม ๘ ประโยค สำนักเรียนวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร กรุงเทพมหานคร

การอบรมเพิ่มทักษะด้านภาวนา

พ.ศ. ๒๕๐๔ ฝึกสมาธิภาวนาจากพระครูวิธานศาสนกิจ (หลวงพ่อโห้) วัดนาหนอง

พ.ศ. ๒๕๐๖-๒๕๑๓ ฝึกวิปัสสนากรรมฐาน สำนักวัดมหาธาตุวรวิหาร จังหวัดราชบุรี

พ.ศ. ๒๕๑๔ ฝึกภาวนากับหลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ สวนโมกขพลาราม

พ.ศ. ๒๕๑๕ ฝึกภาวนากับพระราชพรหมยาน (ฤาษีลิงดำ) วัดท่าซุง

พ.ศ. ๒๕๑๖ ฝึกภาวนาสำนักหลวงพ่อเทียน วัดสนามนอก และสำนักวิเวกอาศรม

การอบรมเพิ่มทักษะด้านการเทศนา

พ.ศ. ๒๕๑๖ อบรมหลักการและวิธีการเทศนา จากสำนักเทศนาวัดประยุรวงศาวาส

วิทยฐานะ

เปรียญธรรม ๘ ประโยค นักธรรมชั้นเอก

พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาธรรมนิเทศ

ตำแหน่งปัจจุบัน

รองหัวหน้าพระธรรมทูตสาย ๑

ที่ปรึกษาประธานสำนักงานกำกับดูแลพระธรรมทูตสายต่างประเทศ

ประธานองค์การเผยแผ่

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

อนุโมทนา
ท่านที่มาเข้าวัดปฏิบัติธรรม

“โมทนาสาธุในกุศล
ที่ทุกคนสนใจใฝ่สั่งสม
มีทาน ศีล ภาวนา เป็นอารมณ์
สร้างสังคมคนสวยรวยน้ำใจ

มาเข้าวัดหัดคุ้นแบบบุญวัด
ปฏิบัติคล้ายบวชตรวจนิสัย
คือฝึกจิตคิดบวกอยู่ร่ำไป
ฝึกอภัยไม่ให้โกรธพิโรธกัน

คอยคิดให้ ใจจะไม่ตระหนี่
เป็นความดีที่คนควรสร้างสรรค์
รู้ค่าคุณบุญทานการแบ่งปัน
สร้างสวรรค์บนดินน่ายินดี

วันอาทิตย์ที่สองของทุกเดือน
จึงย้ำเตือนเพื่อนพ้องและน้องพี่
มาร่วมงานสร้างทานบารมี
อย่ารอรีที่วัดประยุรวงศ์
ตั้งโรงทานหวานคาวแต่เช้าตรู่
แจกจ่ายผู้ที่มา ใส่บาตรสงฆ์
ต่างแต่งตัวทั่วกันอย่างบรรจง
สมรูปทรงสวยงามตามแบบไทย
ที่สวดมนต์สนใจใฝ่สงบ
ฝึกสยบอารมณ์ที่เหลวไหล
กำหนดรู้ดูลมที่หายใจ
ก็พลอยให้ได้สุขไปทุกคน
มาเข้าวัดยามเป็นเห็นแสงบุญ
จึงอบอุ่นหัวใจได้กุศล
แต่เข้าวัดยามตายใจมืดมน
ไม่ได้ผลพึงใจอย่างใดเอย”

เอวัง

๙๐ วลีชี้ธรรม

โครงการเข้าวัดยามเป็น

วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร

ขอเชิญเข้าวัดปฏิบัติธรรมนำสิ่งที่ดีสู่ชีวิต
อาทิตย์ที่ ๒ ของทุกเดือนตลอดปี

เวลาเช้า ๐๖.๐๐-๐๙.๐๐ น.

กิจกรรม

๑. หัดสวดมนต์

๒. ฝึกฝนสมาธิ

๓. ฝึกสติให้ว่องไว

๔. ฝึกนิสัยเสียสละ

๕. ตักบาตรพระ ๙๐ รูป

"ทำบุญเป็นนิตย์ ฝึกจิตให้รักดี
ทำบุญตลอดปี รับสิ่งดี ๆ สู่ชีวิต"
เอวัง

ติดตามข้อมูลข่าวสารได้ที่



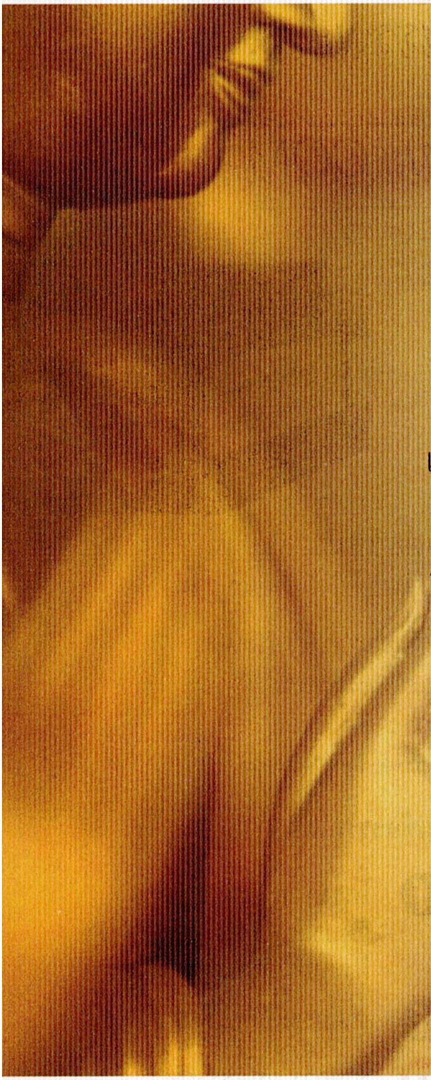
รายการมนต์ธรรมะ

ดำเนินรายการโดย พระเทพปฏิภาณกวี (เจ้าคุณบุญมา)

ทางสถานีวิทยุในเครือกองทัพอากาศ ทั่วประเทศ
ระบบ FM เวลา ๐๕.๐๐-๐๖.๐๐ น.
ระบบ AM เวลา ๑๙.๓๐-๒๐.๐๐ น.
ร่วมสนทนาธรรมได้ที่ ๐๖-๒๓๑๘-๒๙๙๓

ติดตามการเผยแผ่ข้อธรรมได้ที่

- Facebook: Chaokhun Bunma
- Facebook: รากแก้ว ต้นคุณธรรม
- Facebook: Rakkaewtonkuntham
- Facebook: โครงการเข้าวัดยามเป็น วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ฝั่งธนบุรี กรุงเทพมหานคร
- Facebook: รายการมนต์ธรรมะ
- YouTube: รายการ มนต์ธรรมะ



ด้วยจิตของศิษย์กตัญญู

ด้วยเมตตาบารมีที่เปี่ยมล้น
จะยากดีมีจน ใช่ปัญหา
หลวงพ่อให้สติลูกทุกเวลา
วาสนาพาลูกมาใต้ร่มบุญ
พ่ออุทิศแรงกาย ใช้ทุกหยาด
เพื่อให้ศาสน์กว้างไกลแผ่ไพศาล
ใจพ่อนั้นยิ่งใหญ่สุดประมาณ
ก้มกราบกรานอภิวันท์ทุกค่ำคืน
หลวงพ่อสอนให้ลูกมีสติ
สมาธิอย่าให้ขาดนะลูกเอ๋ย
จงตั้งมั่นกำหนดจิตให้คุ้นเคย
อย่าละเลย เพียรเถิด จะเกิดดี

ด้วยสำนึกในนามคณะศิษย์
กรพรรณ คุโณภาสวรกุล

รายชื่อผู้ร่วมพิมพ์หนังสือ
"๙๐ วลีชี้ธรรม"

คุณสมชาย คุณอัญชลี ตวงทวีทรัพย์ และครอบครัว

คุณสารัช คุณนลินี รัตนาวะดี และครอบครัว

คุณแม่วิไล คุณไขศรี เนื่องสิกขาเพียร

คุณแม่เรวดี ฉันทานนท์ และครอบครัว

คุณกรพรรณ คุโณภาสวรกุล และครอบครัว

คุณวรรณศิริ อุดมผลภักดี

คุณจินดา ชัยณรงค์วงศ์

คุณอัมพรรณ เตชะสมบูรณากิจ และครอบครัว

๙๐ วลีชี้ธรรม

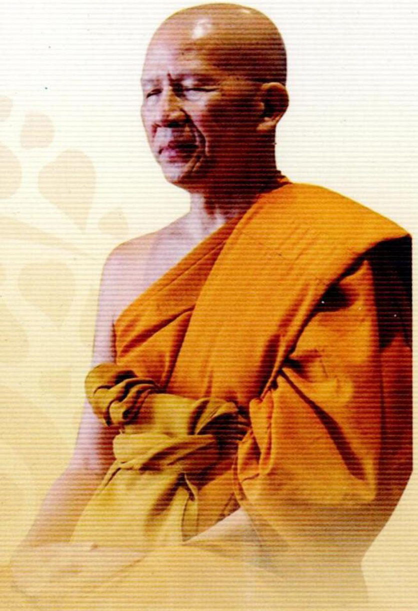
ผู้เขียน/รวบรวม พระเทพปฏิภาณกวี
บรรณาธิการบริหาร จารุวรรณ เวชตระกูล
กองบรรณาธิการ ทีมงานคุณภาพสำนักพิมพ์วิช
พิสูจน์อักษร พรเพ็ญ รัตนโพธิ์แสงศรี

ISBN 978-616-565-571-2
พิมพ์ครั้งที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๖๒

จัดพิมพ์โดย
พระเทพปฏิภาณกวี
ถนนประชาธิปก แขวงวัดกัลยาณ์ เขตธนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐
โทร. ๐๘-๗๐๕๕-๘๘๙๘

ออกแบบโดย
สำนักพิมพ์วิช (ในเครือบริษัท วิช กรุ๊ป (ไทยแลนด์) จำกัด)
๔๒๑/๔๘ แขวงบางขุนศรี เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐
โทร. ๐๖-๓๓๖๒-๘๙๕๕
FB: Make A Wish www.wishbookmaker.com

ขอขอบคุณภาพจาก
- พระเอกชัย อรินฺทโม จากเพจ Dhamma on Lens
- อาจารย์พรชัย ใจมา (ภาพองคุลิมาล)
- คุณสมคิด ชัยจิตวนิช
- เพจวัดประยุรวงศาวาส
- เพจรากแก้ว ต้นคุณธรรม
- https://today.line.me/th/pc/article/
- https://pixabay.com/th/
- https://www.pinterest.com/



"ดีก็อยู่ที่ใจ
ร้ายก็อยู่ที่จิต
ถึงคราวสิ้นชีวิต
จะตายด้วยจิตดวงไหน"

เอวัง

๙ วลีธรรม